

Spaghettisalat mit Tomate und Mozzarella

Für 1 Person

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

ca. 640 kcal • 16g Fett • 92g Kohlenhydrate • 23%

Zutaten

120g Spaghetti

3 Tomaten

1 Möhre

100g Ananas (Dose)

100ml passierte Tomaten

20ml Ananassaft

1 TL Zitronensaft

Salz, Pfeffer

Sambal Oelek

½ TL Zucker

60g Mozzarella in Streifen

1 TL gehacktes Basilikum

Zubereitung

1. Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
2. Die Tomaten und die Möhren waschen und putzen. Die Tomaten vierteln, Steilansatz entfernen, entkernen und in Würfel schneiden. Die Möhre fein raspeln. Die Ananas in Würfel schneiden.
3. Die passierten Tomaten mit dem Ananas- und dem Zitronensaft in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Sambal Oelek und Zucker abschmecken.
4. Tomatenwürfel, Möhrenraspel, Ananaswürfel und Mozzarella unterheben und 10 Minuten ruhen lassen.
5. Die noch warmen Nudeln unterheben und weitere 5 Minuten ziehen lassen. Den Nudelsalat mit dem Basilikum garnieren.