



## Rote Linsen Pasta Salat

Schritte: 6

Schwierigkeitsgrad: Leicht

### Zutaten

4 Portionen

160 g	Fusilli aus roten Linsen (z. B. Barilla)	125 g	Kidneybohnen
1	rote Paprika	200 g	Cocktailtomaten
2	Frühlingszwiebeln	1	frische Maiskolben
je 1/2 Bund	Koriander, Petersilie		Für das Dressing:
1	Limette	2 EL	Olivenöl
3 EL	Weißweinessig	1 TL	Ahornsirup
1/2 TL	Kreuzkümmel	1/2 TL	Paprikapulver, geräuchert
	Salz & Pfeffer		Topping:
1	Avocado	80 g	Feta Käse oder vegan „Feto“

### Zubereitung

#### Zubereitung

1. Fusilli im gesalzenen Wasser ca. 7 Minuten al dente kochen, abgießen und kalt abschrecken.
2. Paprika würfeln, Cocktailtomaten halbieren, Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Kidneybohnen abgießen und abspülen.
3. Kräuter fein hacken und Maiskörner vom Kolben schneiden.
4. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und den Mais wenige Minuten anbraten, mit Salz und etwas Paprikapulver würzen. Alles zusammen in eine große Schüssel geben und vermischen.
5. Für das Dressing, 3 EL Limettensaft, Weißweinessig, Ahornsirup und 2 EL Olivenöl vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, Rauchpaprikapulver und Kreuzkümmel würzen. Über den Salat geben und unterheben.
6. Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Mit Limettensaft beträufeln und auf den Salat legen. Feta oder veganen „Feto“ zerbröseln und streuen.

#### Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

## UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

### **Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken**

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

## WEITERE REZEPTE ENTDECKEN

---

Rote Linsen Pasta Salat

Stand 19.07.2023