

Gurkennudelsalat mit Erdnüssen



Nährwert pro Portion:

Kilokalorien:	240 kcal
Kohlenhydrate:	9,6 g
Eiweiss:	5,3 g
Fett:	19,5 g
Zeitaufwand:	0 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zubereitung:

Schritt 1:

Die Salatgurke mit dem Spiralschneider zu langen Nudeln verarbeiten.

Schritt 2:

Die Peperoncini halbieren, entkernen und in feine streifen schneiden. Die Petersilie grob hacken.

Schritt 3:

Die Limette ausdrücken und mit den Ölen und Reissirup vermengen.

Schritt 4:

Den Salat auf einem Teller oder Einmachglas anrichten und mit dem Dressing beträufeln.



Zutaten für 1 Portion:

- 150 g Salatgurke
- 20 g Erdnüsse gesalzen
- 1 Stk Peperoncini
- Etwas Petersilie
- Etwas Limettensaft
- 1 TL Reissirup oder Zucker
- 1 EL Rapsöl
- 1 TL Sesamöl