Schichtsalat

Zutaten:

100 g kleine Muschelnudeln

4 EL fettarme Mayonnaise

3 EL fettarme Créme fraíche

2 EL Tomatenketchup

2 TL Zitronensaft

2 EL gehackte Petersilie

Salz und Pfeffer

1 kleine Dose Mais

1 Möhre

1 Bund Frühlingszwiebeln

¼ Eisbergsalat

Ein Rezept von:

Ingrid Schwarz,

OV Erbenheim

Das wird gebraucht:

Topf, Messer, Schneidebrett, Sieb, Schüssel, große Schüssel, Servierplatte

So geht's:

Die Nudeln nach Packungsanleitung kochen und abgießen

Die Möhre waschen und raspeln

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden

Den Eisbergsalat waschen und in Streifen schneiden

In einer Schüssel Mayonnaise, Créme fraíche, Ketchup, Zitronensaft, Petersilie, Salz und Pfeffer verrühren und über die Nudeln geben. Alles gut durchmengen.

Nun in die große Schüssel die Hälfte der Nudeln füllen, dann der Mais, danach die Möhre, anschließend die restlichen Nudeln, dann die Frühlingszwiebeln und zum Schluss der Eisbergsalat.

Von oben alles etwas festdrücken und die Schüssel für eine Stunde in den Kühlschrank stellen

Tipp:

Besonders gut sieht der Schichtsalat aus, wenn man ihn auf eine Platte stürzt. Dafür die große Schüssel vor dem Servieren für 10 Minuten in das Gefrierfach stellen. Mit einem Messer den Rand vorsichtig lösen. Anschließend die Platte auf die Schüssel legen, beides gut festhalten und den Salat stürzen.