

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Spiralen-Nudeln 1) ⊕	250 g	500 g
Dill	5 g	10 g
Rucola	50 g	100 g
Zitrone	1	2
Tomaten, getrocknet 15)	50 g	100 g
Stremellachs 4)	125 g	250 g
Frischkäse 7) ⊕	75 g	150 g

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene

1) Gluten 4) Fisch
7) Lactose 15) Kann
Spuren von Allergenen
enthalten

Nährwerte pro Person

Kalorien: 684 kcal
Kohlenhydrate: 99 g
Fett: 14 g, Eiweiß: 37 g
Ballaststoffe: 7 g

Gut im Haus zu haben (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)

Salz, Pfeffer

Was zum Kochen gebraucht wird

großer Topf, Sieb, kleine Schüssel



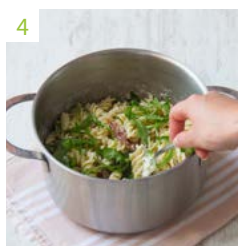
1 In einem großen Topf in reichlich gesalzenem Wasser die **Nudeln** nach Packungsangabe garen. Nach der Garzeit in einem Sieb abgießen, dabei ca. 100 ml **Nudelwasser** auffangen und abtropfen lassen.



2 **Dill** waschen, trockenschütteln, die **Dillspitzen** abzupfen und fein hacken. **Rucola** einmal in der Mitte durchschneiden, waschen und abtropfen lassen. **Zitrone** heiß abwaschen, dann die Schale der einen Hälfte fein abreiben und entsaften, die andere Hälfte in Spalten schneiden. Getrocknete **Tomaten** in feine Streifen schneiden. **Stremellachs** mit einer Gabel zerkleinern.



3 In einer kleinen Schüssel $\frac{2}{3}$ der **Dillspitzen** und den **Frischkäse** gut miteinander verrühren. **Tomatenstreifen** und nach Geschmack etwas **Zitronenabrieb** und **-saft** dazugeben, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und bis zum Anrichten ziehen lassen.



4 **Nudeln** zurück in den Topf geben. Mit der **Dill-Frischkäse-Mischung**, dem **Nudelwasser** und **Rucola** vermischen, noch einmal mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

5 **Dill-Nudeln** auf Tellern verteilen, den zerkleinerten **Stremellachs** darüber verteilen und mit **Zitronenspalten** genießen!