

Nudel-Salat mit Thunfisch und Kumquats

 happy-mahlzeit.com/2019/09/02/nudel-salat-mit-thunfisch-und-kumquats/

Zutaten für 4 Personen

Für die Nudeln:

- 250g Hörnchen-Nudeln, ersatzweise Spirelli, Makkaroni oder Fusilli
- Salz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Knoblauchzehe, in Scheiben
- 1 kleine getrocknete rote Chilischote
- 1 EL mildes Olivenöl

Für den Salat:

- 300g Thunfisch, aus der Dose
- 2 - 3 Kumquats
- 3 Frühlingszwiebeln
- 100ml Gemüsebrühe
- 2 EL Limettensaft
- 1/2 TL abgeriebene Limettenschale, unbehandelt
- 1 TL Sherry medium dry
- 2 EL Olivenöl
- 1 - 2 EL Pistaziekerne
- 4 EL Granatapfelkerne
- 2 EL gemischte Kräuterblätter, z.B. Basilikum, Dill, Kerbel, Minze, Petersilie, frisch geschnitten
- mildes Chili-Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Zucker

Zubereitung:

Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser mit Lorbeerblatt, Knoblauch und Chilischote al dente garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen. Die Nudeln auf einem Backblech verteilen, etwas ausdampfen lassen und mit dem Olivenöl mischen.

Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in dünne Ringe schneiden. Die Kumquats heiß waschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden, dabei die Kerne entfernen.

Die Hörnchen-Nudeln mit Brühe, Limettensaft und -schale, Sherry und Olivenöl marinieren. Die Frühlingszwiebeln und Kumquats dazugeben. Pistazien, Granatapfelkerne und Kräuter untermischen. Zuletzt mit Chili-Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen.

Den Thunfisch in ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und dann mit einer Gabel in kleine Stücke teilen. Zum Servieren den Thunfisch zum Nudel-Salat geben und gleichmäßig untermischen. Den Salat nach Belieben nochmals abschmecken und auf Tellern anrichten.

Tipp:

Der Salat schmeckt frisch zubereitet am besten. Die Nudeln dürfen zum Marinieren noch warm sein. Darauf achten, dass das Kochwasser für die Nudeln ausreichend gewürzt ist, damit die Nudeln an sich auch aromatisch schmecken.

Rezept: Alfons Schuhbeck

Quelle: herzhaft & süß vom 21.1.2018