



Glasnudelsalat mit Erdnüssen

Zutaten

- 1 Packung Glasnudeln
- 1 Handvoll geschälte Erdnüsse
- 2 Karotten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
Saft einer Bio-Limette
- 1 Esslöffel Leinöl
- 1 Esslöffel Rapsöl
- 2 Esslöffel Sojasoße
- 1 Teelöffel Birnendicksaft
- Salz



Limette



Erdnüsse



Glasnudeln



Frühlingszwiebeln



Karotten

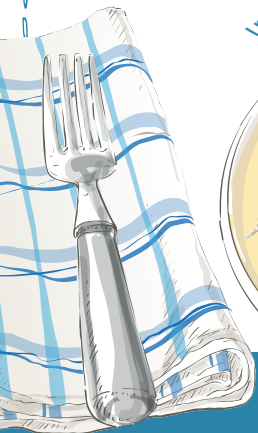


Öl

Zubereitung

1. Glasnudeln in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser übergießen.
 2. 10 Minuten stehen lassen, dann abgießen.
 3. Erdnüsse in einer Pfanne rösten.
 4. Karotten waschen und grob raspeln.
 5. Frühlingszwiebeln waschen und klein schneiden.
- >>>

Wer gerne scharf isst, kann Chili zum Salat geben.



6. Knoblauch schälen und fein schneiden.
7. Karotten, Zwiebel und Knoblauch zu den Nudeln geben.
8. Limettensaft, Öl, Sojasoße und Birnendicksaft dazugeben.
9. Gut mischen.
10. Mit Salz würzen.
11. Mit Erdnüssen bestreuen.



Tipp von Brainy:

Glasnudeln gibt es in jedem Supermarkt. Diese Nudeln müssen nicht gekocht werden. Es reicht das Übergießen mit kochendem Wasser:

Erdnuss - eine Nuss, die in der Erde wächst?

Erdnüsse sind Hülsenfrüchte, wie Bohnen und Erbsen. Die Hülsen wachsen allerdings unterirdisch in der Erde. Nur weil die Erdnuss-Früchte in einer relativ harten Schale stecken, werden sie Erd-Nüsse genannt. Sie sind in fast jedem Nikolaussackerl zu finden und werden gerne in der Weihnachtszeit gegessen.

