



## Rezept der Woche

# Glasnudelsalat mit Möhren und Gurken

- 100 g Glasnudeln
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 3 Möhren in feinen Streifen
- 2 Snackgurken in feinen Streifen
- Optional eine Handvoll  
Zuckerschoten
- 5 Knoblauchzehen, fein gerieben
- 1 Frühlingszwiebel, gehackt
- ½ TL Salz
- 2 TL Essig 9%
- 2 EL Sesam
- 2 EL Sojasauce
- 4 EL Olivenöl

Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen und 5-7 Minuten ziehen lassen. Mit kaltem Wasser durchspülen und gut abtropfen lassen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun anbraten um das Öl zu aromatisieren, die Zwiebeln aus der Pfanne herausnehmen und für ein anderes Gericht verwenden. (Optional Zuckerschoten kurz andünsten.)

In einer Schüssel die Möhren mit Salz, Essig und Knoblauch vermengen. Das erhitzte Öl darüber gießen, 1 Minute ziehen lassen und umrühren.

Die Glasnudeln, die Gurken und den Schnittlauch zu den Möhren geben. Nach Belieben Sojasauce hinzufügen und alles gut umrühren.

Den fertigen Salat in einer Salatschüssel anrichten, mit Sesam bestreuen.

Man kann den Salat sofort servieren oder erst im Kühlschrank abkühlen lassen.

