

## Nudelsalat mit Lauch und Möhren

### Ab 1. Woche

Zutaten (1 Portion):	1 Btl.	Bonvita Pasta Pikante
	175 ml	Magermilch
	100 g	Möhren
	100 g	Lauch
		Pfeffer

*Lauch putzen, in Ringe schneiden und waschen. Möhren schälen und in kleine Stückchen schneiden. Das Gemüse in wenig Wasser bissfest garen.*

*Pasta Pikante nach Packungsanleitung zubereiten. 2 Minuten vor Ende der Garzeit das Gemüse dazugeben und auf kleiner Stufe mitgaren lassen.*

*Vor dem Servieren mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.*

*Schmeckt kalt als Salat, aber auch warm sehr gut!*



Pro Portion:      286 kcal      3,4 g Fett      3,7 BE