



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Bunter Tortellini-Salat mit Mozzarella

- GEFRO Salatwürze
- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- 500 g frische Tortellini mit Käsefüllung, aus dem Kühlregal
- Salz
- 2 Karotten
- 100 g Zuckerschoten
- 1 rote Paprika
- 1 Kugel Mozzarella
- 1 Bund Basilikum
- 150 g Joghurt
- 2 EL Zitronensaft, frisch gepresst

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Bunter Tortellini-Salat mit Mozzarella

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 25 Minuten

Nährwerte pro Portion:

16,9 g Fett	35,3 g Kohlenhydrate	34,3 g Eiweiß	10,6 g
Ballaststoffe	433 kcal Brennwert		

Bunter Tortellini-Salat mit Mozzarella 500 g frische Tortellini mit Käsefüllung in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung garen, auf ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

2 Karotten schälen und in Streifen schneiden. 100 g Zuckerschoten putzen und halbieren. 1 rote Paprika vierteln, Stiel und Kerne entfernen und die Paprikaviertel würfeln.

1 Kugel Mozzarella in etwa 1 cm große Stücke schneiden. Die Basilikumblätter (1 Bund) von den Stielen zupfen. Die Karottenstreifen und die Zuckerschoten getrennt voneinander in kochendem Salzwasser bissfest garen, auf ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abkühlen.

Die Tortellini, das Gemüse, die gezupften Basilikumblätter und die Mozzarellastücke in eine Salatschüssel geben. Aus 150 g Joghurt, 2 EL frisch gepresstem Zitronensaft, 1 EL **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** und **GEFRO Salatwürze** ein Dressing rühren.

Den Tortellini-Salat mit dem Dressing marinieren und gut vermischen.