

## Glasnudelsalat

### Zutaten für 6 Portionen:

- 300 g Glasnudeln
- 150 g Möhren
- 100 g Spitzpaprika (rot)
- 3 Frühlingszwiebeln
- 3 EL Sesam

### Für das Dressing:

- 2 Limetten
- 6 EL Sojasauce
- 4 EL Sesamöl
- 2 TL Honig (oder Ahornsirup als vegane Alternative)
- 2 TL Koriander
- 1 Prise Chiliflocken
- ½ TL Ingwer (gerieben)



**Arbeitszeit:**

ca. 15 Minuten

### Zubereitung:

1. Übergieße die Glasnudeln mit kochendem Wasser und lasse sie 3 Minuten quellen.
2. Presse den Saft der Limetten in eine Schüssel. Füge die restlichen Zutaten für das Dressing hinzu und verrühre alles.
3. Gieße das Wasser der Glasnudeln ab. Verrühre das Dressing mit den Glasnudeln.
4. Schäle die Möhre und reibe sie grob. Schneide die Frühlingszwiebel in feine Ringe. Spüle die Paprika ab, entferne die Kerne und schneide sie in feine Streifen.
5. Gib das Gemüse zu den Nudeln und rühre alles gut um.
6. Röste den Sesam in einer Pfanne an. Streue ihn anschließend über den Salat. Schmecke den Salat ab. Stelle ihn bis zum Servieren kalt.

**Haltbarkeit:** Glasnudelsalat einfach morgen nochmal essen? Klar, das geht. Du kannst ihn drei Tage lang im Kühlschrank aufbewahren.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

