



NUDELSALAT MIT SCHINKEN, ERBSEN UND MANDARINEN

ZUTATEN

- ▶ 400 g Farfalle
- ▶ 125 g Erbsen, tiefgefroren
- ▶ 200 g gekochter Schinken
- ▶ 350 g Mandarin-Orangen
- ▶ 500 g THOMY Die Natürlich Leichte, 250 ml Glas

ZUBEREITUNG

1. Nudeln nach Packungsanweisung zubereiten, abgießen und abkühlen lassen.
2. Erbsen in Wasser ca. 3 Min. kochen, abgießen und gut abtropfen lassen.
3. Schinken klein schneiden. Mandarin-Orangen abtropfen lassen, mit Erbsen und Schinken zu den Nudeln geben.
4. THOMY Die Natürlich Leichte zugeben und mischen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate 53 g
Energie 425 kcal
Fett 17 g
Protein 13 g

🕒 20 Minuten

⊕ 8 Portionen

