

Glasnudelsalat.

 **15 Min.**  **25 Min.**  **leicht**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für: Portion(en) Zubereitung:

g Glasnudeln (z.B. Taste of Asia)

g Hokkaidokürbis

EL Sonnenblumenöl

g Lauch

Salz & Pfeffer

TL flüssiger Honig (z.B. Naturgut)

EL Sojasoße (z.B. Taste of Asia)

EL Limettensaft, frisch gepresst

g Cashewkerne, geröstet und gesalzen (z.B. Bravo)

EL Granatapfelkerne

1 Die Glasnudeln brauchst du nur ca. 4 Min. in kochendem Wasser garen, dann in ein Sieb geben, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

2 Beim Kürbis musst du etwas mehr Hand anlegen. Erst waschen, ggf. entkernen und in kleine Stücke schneiden – dafür verwendest du am besten ein großes, scharfes Messer. In einer Pfanne die Hälfte des Öls erhitzen, Kürbis hinzugeben und bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. braten.

3 Derweil den Lauch putzen, längs halbieren, waschen und in sehr feine Halbringe schneiden. Lauch zum Kürbis geben und alles weitere 5 Min. in der Pfanne brutzeln lassen. Der Kürbis soll zwar weich sein, aber noch nicht zerfallen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Kurz vor Schluss kommt noch ein Highlight: den Honig in die Pfanne geben und alles karamellisieren lassen, das wird gleich super lecker!

5 Mit der Sojasauce ablöschen, gut umrühren.

6 Das restliche Öl und den Limettensaft in einer Schüssel verrühren, die Glasnudeln hinzugeben und alles gut vermischen.

7 Cashewkerne grob hacken und unterziehen.

8 Nun die Lauch-Kürbis-Mischung und die Granatapfelkerne obenauf verteilen.