



Tortellonissalat med feta og oliven samt grillet squash og citrondressing



ca. 25 min



2 personer

Mums, tortelloni ... hver bid smager som et lille stykke af lykke! Disse små pastaer er fyldt med pesto og derfor går de godt i spænd med deres mediterrane medspillere: oliven og feta. Tilsammen danner de en mættende salat, der oser af middelhavsaromaer. Lækker grillet squash, nøddeagtig rucola og en forfriskende citrondressing fuldender oplevelsen!

Hvad du får af os

- 1 pakke tortelloni med pesto^{1,3,7}
- 2 tomater
- 1 rødløg
- 1 squash
- 1 ubehandlet citron
- 50 g fetaost⁷
- 40 g sorte oliven
- 50 g rucola

Hvad du skal bruge derhjemme

- Salt og peber
- Honning eller sukker
- Olivenolie

Køkkengrej

- Mellemstor gryde
- Grillpande
- Bagepensel
- Rivejern
- Citruspresser
- Si eller dørslag

Husk at vaske grøntsagerne grundigt. Især salater og bladgrøntsager kan indeholde bittesmå sten.

Madlavningstip

Det er også lækkert at skære squashen i lidt tykkere skiver og tilberede dem på grillen!

Allergener

Gluten (1), Æg (3), Mælk (7). Kan indeholde spor af andre allergener.

Næringsindhold per portion

Energi 718kcal, Fedt 42.1g, Kulhydrater 65.8g, Protein 20.4g



1. Kog pastaen

Bring en tilpas mængde saltet vand i kog i en mellemstor gryde til **pastaen**. Kom **pastaen** i det kogende vand, og kog den i 4-5 min., til den er al dente. Dræn den i en si, og lad den dryppe af. Kom den tilbage i gryden, og bland den med 1 spsk. olivenolie.



2. Skær grøntsagerne ud

Del **tomaterne** i 8 både. Skræl **løget**, halvér, og skær det i tynde strimler.



3. Grill squashen

Skær **squashen** i tynde skiver, og pensl dem med lidt olivenolie. Fordel **squashskiverne** på en grillpande eller en almindelig stegepande, så de ikke overlapper hinanden. Steg dem evt. ad to omgange alt efter pandens størrelse. Steg **squashskiverne** ved kraftig varme i 1-2 min. på hver side, til de er gyldenbrune. Krydr med salt og peber efter smag og behag.



4. Tilsmag løgene

Riv **citronskallen** fint af, halvér så **citronen**, og pres **saften** ud. Rør en **dressing** af **1 tsk. citronskal**, **2 spsk. citronsaft**, 1 spsk. olivenolie og 1/2 tsk. honning eller sukker. Vend **løgstrimlerne** i **dressingen**, og krydr med salt og peber efter smag og behag.



5. Gør ingredienserne klar

Smuldr **fetaen** med fingrene eller med en gaffel. Hak dine **oliven** groft.



6. Lav salaten færdig

Vend forsigtigt **pastaen** sammen med **løg**, **tomater**, **squash**, **oliven**, **feta** og **rucola**, og smag til med salt, peber og evt. 1 spsk. lys eddike. Fordel **tortellonisalaten** på tallerkner, og servér.