



Foto: iStock.com – Matthias Just

## SOMMER-NUDELSALAT MIT HONIG-SENF-DRESSING

### Zutaten (für 4 Personen)

- 2 kleine Zucchini
- 1 Glas getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
- 50 g Pinienkerne
- 50 g Rucola
- 75 g Parmesan, gehobelt
- 150 g Cocktailtomaten
- 250 g Nudeln
- 3 EL Öl (von den getrockneten Tomaten)
- 2 EL Balsamico
- 2 TL Dijonsenf
- 3 TL Blütenhonig
- Salz, Pfeffer

- 1 Die Nudeln nach Packungsanleitung bissfest kochen und anschließend abkühlen lassen.
- 2 Die Zucchini waschen, in Scheiben oder Würfelchen schneiden und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten, ebenfalls abkühlen lassen.
- 3 In derselben Pfanne die Pinienkerne rösten und dabei aufpassen, dass sie nicht schwarz werden. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen – dabei das Öl für das Dressing auffangen – und in kleine Streifen schneiden.
- 4 Die Rucola putzen und die holzigen Stängel entfernen. Den Parmesan in mittelgroße Späne hobeln. Alles zusammen in eine große Salatschüssel geben.
- 5 Für das Dressing das aufgefangene Öl der Tomaten mit Balsamico, Senf und Honig sowie Salz und Pfeffer mixen, zum Salat geben und alles vermischen.

# RÄTSEL

**Kreuzwörterrätsel lösen und gewinnen: Einfach die Buchstaben aus den Kästchen mit den Zahlen in der nummerierten Reihenfolge zusammensetzen – fertig ist das Lösungswort.**

positiv denkender Mensch	Körperstellung	Tonband (engl.)	„Jesus“ im Islam	Sumpfgas	Schornstein	zweisitzige Fahrräder
▶	▶	▶	▶	▶	▶	3
Wüsteninsel	▶				deutsche Vorsilbe für „auseinander“	5
heimische Singvögel		1				
▶			ganz, sehr		Riesenschlange	
förmliche Anrede	4	Gewehrsalve	▶			
früherer Lanzenreiter	▶		2		magische Silbe der Brahmanen	▶
kostbar, selten	▶			bestimmter Artikel		

## NUDELMASCHINE GEWINNEN

Finden Sie die richtige Lösung. Wir verlosen drei True Kitchen® Nudelmaschinen Bella Pasta manuell in Schwarz. Schicken Sie uns eine Postkarte oder faxen bzw. mailen Sie uns die Lösung:

**LSW – Stichwort Rätsel**  
**38432 Wolfsburg**  
**Fax: 05361 189-3709**  
**E-Mail: kommunikation@lsw.de**



**Einsendeschluss ist der 5. August 2022.**

Die Lösung des letzten Gewinnspiels (Bilderrätsel): **B 3.**

Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz im Netz- bzw. Grundversorgungsgebiet der LSW haben. Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird unter allen richtigen Lösungswörtern verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Diese Teilnahmebedingungen gelten für alle Gewinnspiele in diesem Heft.

Hinweis zum Datenschutz: Alle personenbezogenen Daten werden ausschließlich zum Zwecke aller im Magazin enthaltenen Gewinnspiele erfasst und verwendet und nach Ablauf der Verlosung gelöscht. Mehr zum Datenschutz unter: [www.lsw.de](http://www.lsw.de)