

## Tortellini-Salat Hawaii



*stillfreundlich*

*kleinkindtauglich*

### **Tortellini-Salat Hawaii - ein perfektes Sommerrezept mit exotischer Ananas und Kochschinken**

Ob als Beilagensalat beim [Grillen](#) oder als erfrischendes Abendessen an heißen Sommertagen - Tortellini als Salat mit Ananas und Kochschinken sind immer eine gute Idee.

Von diesem exotischen Gericht sind auch meine Kinder begeistert und ich liebe es, da ich es so wunderbar vorbereiten und im Kühlschrank aufbewahren kann. Dann ist das Abendessen schon tagsüber vorbereitet und muss zum Essen nur noch auf den Teller. Eine Beilage braucht man dafür übrigens gar nicht zwingend - dieser etwas andere Nudelsalat ist auch pur völlig ausreichend als Mahlzeit.

#### **Zutaten für eine große Schüssel:**

- Tortellini, beliebig gefüllt
- 1 EL Kokosöl
- 200 g Kochschinken
- 1/2 frische Ananas oder eine Dose
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Hand voll Minitomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 3 EL Mayonnaise
- 3 EL Schmand oder Joghurt
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Honig
- 1 TL Salz

**Arbeitszeit:**

ca. 20 Minuten



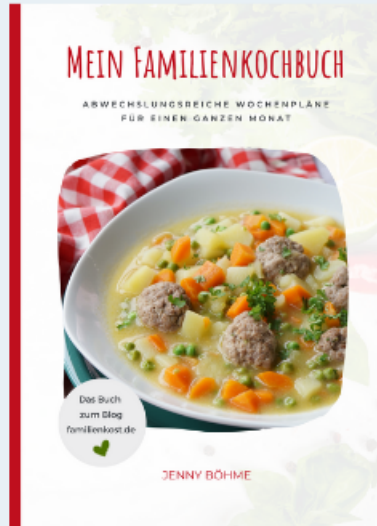
## So machst du den Tortellini-Salat Hawaii selber

1. Koche zuerst die Tortellini nach Packungsanleitung, gieße sie dann ab und gib sie in eine Schüssel.
2. Rühre behutsam einen Teelöffel Kokosöl unter die warmen Tortellini. Das sorgt für einen tollen Geschmack und verhindert, dass die Tortellini zusammenkleben.
3. Schäle nun die Ananas und schneide sie in kleine Stücke. Du benötigst für dieses Rezept nur etwa eine halbe Ananas. Die restlichen Stücken kannst du für einen Smoothie oder pur zum Naschen im Kühlschrank aufbewahren.
4. Würfle den Kochschinken klein.
5. Wasche die Paprika, entferne das Kerngehäuse und schneide sie in kleine Würfel.
6. Die Lauchzwiebel schneidest du in dünne Ringe.
7. Gib die Ananasstücke, die Schinken- und Paprikawürfel sowie die Lauchzwiebelringe zu den Tortellini.
8. Wasche die Tomaten halbiere sie und gib sie ebenfalls dazu.
9. Verrühre für das Dressing nun die Mayonnaise mit dem Schmand und je einem Teelöffel Currypulver, Honig und Salz. Ist dir das Dressing zu fest, so rühre noch etwas Ananassaft unter. Diesen hast du bei Ananas aus der Dose dabei - bei frischen erhältst du ihn, indem du ein paar Stückchen pürierst.
10. Mische das Dressing unter den Tortellinisalat, schmecke ihn mit Salz und Honig ab und stelle ihn für mindestens 30 Minuten zum Durchziehen kalt.

## Unsere Empfehlung für Dich:

## MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>