



# Spaghetti-Nudelsalat mit Süßkartoffel & Sellerie



## Zutaten

Menge	
150 ml	Öl
20 g	Sesam
	Paprikapulver
200 g	Spaghetti
20 g	Sonnenblumenkerne
1 Stange	Sellerie
3 EL	Sriracha
1 Handvoll	Spinat
1 Bund	Salbei
150 g	Sauerkraut
3 EL	Sojasoße
250 g	Schmand
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
	Salz
2 EL	Zucker
250 g	Süßkartoffel
1 Bund	Schnittlauch

## Rezeptinfo

### Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Min.

pro Portion:

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

**veggie**

## Zubereitung

In diesem Schichtsalat treffen Süßkartoffel, Spinat & Salbei auf Spaghetti, Sojasoße & Sauerkraut. Was auf den ersten Blick nach einer total verrückten Mischung klingt, ist tatsächlich super lecker und passt optisch und geschmacklich wunderbar zusammen. Und dazu sind die einzelnen Bestandteile von unserem Schichtsalat auch noch schnell und einfach zubereitet. Die Spaghetti haben wir gekocht, die Süßkartoffel und den Salbei frittiert und das Sauerkraut mit Sojasoße, Sriracha und Gewürzen verfeinert – schon ist der Schichtsalat fertig. Wir haben uns dazu entschieden, die Schichten in einem Einmachglas anzurichten und das Ergebnis kann sich wirklich sehen lassen! Wenn du jetzt auch so Lust auf diesen verrückten Schichtsalat bekommen hast, mache das Rezept unbedingt nach! So einfach geht's:

### Step 1:

Als erstes kochst du die Spaghetti in Salzwasser bissfest. Anschließend mit kaltem Wasser abschrecken und mit einer Schere etwas klein schneiden.

### Step 2:

Danach schälst du die Süßkartoffel und schneidest sie in feine Scheiben. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Süßkartoffelscheiben darin knusprig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Die Süßkartoffeln herausnehmen und die Salbeiblätter in die Pfanne geben und leicht frittieren. Als nächstes gibst du noch ein paar einzelne ungekochte Spaghetti hinzu und lässt auch diese frittieren. Dann gibst du den Großteil des Öls in eine separate Schüssel und schwenkst die gekochten Spaghetti im übrigen Öl in der Pfanne. Ein frittiertes Salbeiblatt hinein bröseln und unterheben.

### Step 3:

In einer anderen Pfanne ohne Öl röstest du nun zuerst die Sonnenblumenkerne und danach den Sesam leicht an. Den Sellerie in feine Würfel schneiden und den Großteil mit dem Sauerkraut, der Sriracha, der Sojasoße, dem Zucker, dem Sesam und etwas Salz vermengen.

### Step 4:

Nun hackst du noch den Schnittlauch fein und gibst ihn mit dem Schmand in eine Schüssel. Eine Prise Salz und Pfeffer hinzugeben und alles miteinander vermengen.

### Step 5:

Jetzt kannst du den Salat schichten. Dazu gibst du in ein hohes Glas zuerst einen Teil der Sauerkraut-Sellerie-Mischung. Dann eine Handvoll Spinat und einen Teil des Schmandes darauf geben. Als nächstes etwas von den Spaghetti, ein paar der übrigen Selleriewürfel, die Süßkartoffelscheiben, noch etwas Schmand und ein paar der frittierten Spaghetti aufschichten. Zum Schluss streust du etwas von dem Sesam sowie den Sonnenblumenkernen auf.