

19 Σεπτεμβρίου 2019

## Κρύα σαλάτα ζυμαρικών

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)



### Υλικά

250 γρ. μακαρόνια βίδες χωρίς γλουτένη

200 γρ. σπαράγγια

80 γρ. καρότα κομμένα julien

100 γρ. ραπανάκια λεπτοκομμένα

20 ml ελαιόλαδο

10 ml ξύδι μπαλσάμικο

1 κ.σ. μαϊντανό τριμμένο

Αλάτι

Πιπέρι

### **Εκτέλεση**

Βράζουμε τα μακαρόνια μαζί με τα σπαράγγια. Μόλις είναι έτοιμα τα βάζουμε κάτω από το κρύο νερό για να σταματήσει ο βρασμός.

Σε ένα μπολ βάζουμε τα μακαρόνια μαζί με τα σπαράγγια, τα καρότα και τα ραπανάκια. Σε ένα άλλο μπολ φτιάχνουμε το dressing με το ελαιόλαδο, το μπαλσάμικο, το μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι.

Ανακατεύουμε καλά και το ρίχνουμε πάνω από τα μακαρόνια και τα λαχανικά.

Μπορούμε φυσικά να προσθέσουμε ή να αλλάξουμε τη σαλάτα με διάφορα άλλα λαχανικά ψιλοκομμένα της αρεσκείας μας.

Πηγή: **briefingnews.gr**