



### Hozzávalók:

35 dkg orsótészta (lehet másféle száraztészta is), só, 15-20 dkg vékonyan fölszeletelt gépsonka, 15-20 dkg vékonyan fölszeletelt trappista sajt, 5-6 csemegeuborka, 2 húsos piros kápiapaprika, 5 főtt tojás, 1 csokor petrezselyem, 6-7 evőkanál majonéz (2 dl olajból), egy közepes doboz (450 gramm) tejföl, 3-4 evőkanál ketchup, 1 csapott kiskanál őrölt fekete bors, citromlé, mustár

1. A tésztát enyhén sózott, forrásban lévő vízben puhára főzzük. Ezután leszűrjük, hideg vízzel leöblítjük, lecsöpögtetjük.
2. A sonkát, a sajtot, az uborkát meg a kicsumázott paprikát vékony csíkokra metéljük. A főtt tojást tojásszeletelővel szintén fölcsíkozzuk. A petrezselymet finomra vágjuk.
3. A majonézt a tejföllel és a ketchuppal összekeverjük, megborsozzuk, citromlével és mustárral kellemesen pikánsra ízesítjük, végül az előkészített hozzávalókat beleforgatjuk. Végül 1 deci hideg vizet keverünk hozzá, mert a tészta az ízes majonézes öntet egy részét magába szívja.

### Jó tanács

- ha csökkenteni szeretnénk az étel kalóriatartalmát, majonéz helyett tejföllel vagy natúr görög joghurttal is készíthetjük.

6 főre

Elkészítési idő: 35 perc

Egy adag: 492 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.