

Sommer-Rezept



Kartoffelsalat mit Radieschen und Rucola

Für 8 Personen, vegan, Zubereitungszeit 25 min + 30 Minuten Kochzeit



Zutaten:

2 kg	Festkochende Kartoffeln
1 Bund	Rucola
1	Zwiebel
1	Apfel
1 Bund	Radieschen
1 EL	Rapsöl

Dressing:

12 EL	Weißer Balsamicoessig
8 EL	Rapsöl
2 EL	Mandelmus
½ TL	Zuckerrübenkraut
2 EL	Petersilie
2 TL	Salz
1 Prise	Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln mit Schale in gesalzenem Wasser 20 – 25 Minuten kochen. Zwiebel würfeln und im Rapsöl andünsten, bis sie glasig sind.

Alle Zutaten des Dressings in einen Mixbecher geben und das ganze glattpürieren. Danach mit den Zwiebeln vermengen.

Fertige Kartoffeln mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. Die lauwarmen Kartoffeln mit dem Dressing vermengen, noch einmal abschmecken.

Apfel in 3 mm dicke Spalten schneiden und den Rucola kleinschneiden. Radieschen feinhobeln und alles unter den Kartoffelsalat heben.

Sofort lauwarm oder gekühlt servieren.

Varianten:

Der Kartoffelsalat schmeckt im Frühjahr lecker mit Bärlauch oder ganzjährig mit Porree.

Mehr Rezepte unter: www.ernaehrungsrat-rkn.de – Rubrik Regionale Rezepte