

Mediterraner Kartoffelsalat



Zutaten für 4 Personen



1 kg Kartoffeln (festkochend)



250 ml Gemüsebrühe



3 EL Weißweinessig



250 g Kirschtomaten



6 getrocknete Tomaten



100 g Rucola



15 schwarze Oliven
(ohne Stein)



½ Bund Basilikum



50 g Pinienkerne



3 EL Olivenöl



etwas Jodsalz mit Fluorid
etwas Pfeffer

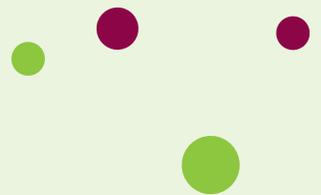


Küchenwerkzeuge Zeit 55 min (+ 20 min Ziehzeit)

- Messbecher
- großer Topf mit Deckel
- mittelgroßer Topf
- Küchenmesser
- Schneidebretter
- große Schüssel
- kleine beschichtete Pfanne

* Variation

Man kann auch frischen Baby-Spinat statt Rucola verwenden. Mit gehobeltem Parmesan ergänzen.



www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Mediterraner Kartoffelsalat



Zubereitung für 4 Personen

- 1** Kartoffeln waschen und in kochendem Salzwasser ca. 25 Minuten garen. Dann abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken, noch heiß pellen und abkühlen lassen.
- 2** Gemüsebrühe nach Packungsanleitung zubereiten, dann zusammen mit 2 EL Essig in einem Topf erwärmen.
- 3** Kartoffeln in Scheiben schneiden, in einer großen Schüssel mit Salz und Pfeffer würzen und die Brühe über die Kartoffeln gießen. Ca. 15 Minuten ziehen lassen.
- 4** Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten.
- 5** Kirschtomaten waschen und halbieren, getrocknete Tomaten klein schneiden. Rucola putzen, waschen und trockenschütteln. Oliven halbieren.
- 6** Basilikum waschen, trockenschütteln und Blätter fein hacken.
- 7** Tomaten, Rucola, Oliven und den größten Teil der Pinienkerne und des Basilikums zu den Kartoffeln geben und vorsichtig vermengen. 1 EL Essig mit dem Öl verschlagen, unter den Salat mischen und diesen weitere 10 Minuten ziehen lassen.
- 8** Nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den restlichen Pinienkernen und dem restlichen Basilikum bestreut servieren.



Tipps+Tricks

- Wenn man die Schale der Kartoffel vor dem Kochen einmal rundherum einschneidet, fällt das Pellen leichter. Zum Pellen dann einfach eine Kartoffel auf die Gabel stechen und mit einem kleinen Messer die Schale abziehen.

Eigene Notizen _____

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages