Rezept

Kartoffelsalat mit dicken Bohnen und Rucola

Ein Rezept von Kartoffelsalat mit dicken Bohnen und Rucola, am 02.05.2024

Zutaten

2 kg	dicke Bohnen (in der Hülse, gepalt ca. 500 g)
1 kg	festkochende Kartoffeln
200 ml	Gemüsebrühe
8 EL	Weißweinessig
	Pfeffer
1/2 Bund	Petersilie
8 Scheiben	Frühstücksspeck (Bacon)
	Salz
1	große rote Zwiebel
1 EL	Senf
6 EL	Olivenöl
	knapp 1 TL Zucker
1 Bund	Rucola

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal

Zubereitung

1. Die dicken Bohnen aus den Hülsen lösen und in kochendem Salzwasser 3-4 Min. garen. In ein Sieb gießen und mit kaltem Wasser abbrausen. Die zarten Bohnenkerne aus den dicken Häuten drücken und beiseitestellen.

2. Die Kartoffeln in einem Topf gerade mit Wasser bedeckt zum Kochen bringen. Sobald das Wasser kocht, salzen und die Kartoffeln zugedeckt ca. 20 Min. garen (sie sollten gar, aber noch nicht weich sein, zum Testen mit einem spitzen Messer einstechen). Die gegarten Kartoffeln abgießen und kurz auf den noch heißen Herd stellen und ausdampfen lassen. Dann sofort pellen, in Scheiben schneiden und mit den Bohnenkernen in eine Schüssel geben.

3. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Gemüsebrühe mit Zwiebel, Senf, Essig und 3 EL Öl in einem kleinen Topf verrühren und ca. 2 Min. kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und über die Kartoffeln gießen, vorsichtig vermengen und den Salat ca. 15 Min. durchziehen lassen.

4. Inzwischen Petersilie und Rucola waschen, gut trocken schütteln und die Stängel wegschneiden. Petersilie und Rucola grob schneiden. Den Speck quer dritteln oder halbieren und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze goldbraun ausbraten, auf Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

5. Den Rucola und die Petersilie mit dem übrigen Öl unter den Kartoffelsalat heben, eventuell nochmals würzen und mit dem knusprigen Frühstücksspeck bestreuen.