

Rezept

Grüner Kartoffelsalat

Ein Rezept von Grüner Kartoffelsalat, am 28.06.2026

Zutaten

280 g festkochende Kartoffeln, Salz	150 g Champignons
1 TL Olivenöl	Pfeffer
75 ml Gemüsebrühe	1 TL Weißweinessig
1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Kürbiskernöl
1/2 Bund Frühlingszwiebeln	50 g Rucola
40 g Feta (Schafkäse)	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 1 KINDER- UND 1 ERWACHSENENPORTION | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen und in Salzwasser ca. 20 Min. gar kochen. Abschrecken und pellen, dann auskühlen lassen.

2. Inzwischen Champignons putzen, in Hälften oder Viertel schneiden und in einer großen Pfanne im Öl unter Rühren braten, dabei salzen und pfeffern. Hitze so dosieren, dass die Pilze kein Wasser ziehen. Gemüsebrühe mit Essig, Senf, Salz, Pfeffer und Kürbiskernöl zum Dressing rühren.

3. Kartoffeln in Scheiben schneiden und ins Dressing mischen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, Wurzelenden und welke Blätter entfernen. Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Rucola waschen, trocken tupfen und nach Belieben klein schneiden.

4. Champignons, Frühlingszwiebeln und Rucola vorsichtig unter den Salat heben. Am Schluss den Feta über den Salat bröseln.