

Rezept

Kartoffelsalat »French Style«

Ein Rezept von Kartoffelsalat »French Style«, am 28.09.2023

Zutaten

450 g kleine Kartoffeln (Drillinge)	Salz
150 g TK-grüne Bohnen	1 kleine rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 EL körniger Senf
2 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl
2 TL Zucker	Pfeffer
125 g Kirschtomaten	50 g Rucola
30 g Walnusskerne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal, 22 g F, 15 g EW, 54 g KH

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen, in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Mit schräg aufgelegtem Deckel bei kleiner Hitze in ca. 15 Min. weich garen. TK-Bohnen in einem Topf mit 100 ml Wasser leicht gesalzenem Wasser aufkochen und zugedeckt ca. 5 Min. garen, dabei ab und an umrühren.
2. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. Beides mit Senf, Essig, Olivenöl und Zucker verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bohnen in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kartoffeln ebenfalls abgießen und etwas ausdampfen lassen.
3. Tomaten waschen, halbieren. Rucola verlesen, waschen und mit den Bohnen trocken schleudern. Nüsse grob hacken. Kartoffeln halbieren und mit dem Dressing vermengen, übrige Zutaten untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.