

Rezept

Kartoffelsalat mit Kresse und Kefir

Ein Rezept von Kartoffelsalat mit Kresse und Kefir, am 15.06.2025

Zutaten

3 EL Mayonnaise	200 g Kefir
1 EL scharfer Senf	Salz
Pfeffer	evtl. 1 EL Kapern
1 dickes Bund Frühlingszwiebeln	800 g gekochte kleine Pellkartoffeln
1 Kästchen Kresse	evtl. 1 Handvoll Kapuzinerkresseblüten

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Für das Dressing in einer Schüssel die Mayonnaise mit Kefir, Senf, gut 1 TL Salz und Pfeffer sowie nach Belieben den Kapern glatt rühren. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in dünnen Scheiben dazuschneiden.
2. Die Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Mit dem Frühlingszwiebel-Kefir-Dressing vermischen. Salat 1 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen.
3. Die Gartenkresse mit der Schere vom Beet schneiden. Die Hälfte der Kresse unter den Salat mischen. Den Salat nochmals abschmecken und mit der restlichen Kresse bestreuen, nach Belieben mit den Kapuzinerkresseblüten garnieren.