

Rezept

Kartoffelsalat mit Sellerie und Apfel

Ein Rezept von Kartoffelsalat mit Sellerie und Apfel, am 29.09.2023

Zutaten

400 g festkochende Kartoffeln	Salz
1 Schalotte	150 g geräucherter Tofu
1 EL Olivenöl	1 TL Agavendicksaft
200 g Staudensellerie	1 Kohlrabi
1 Apfel	6 Stängel Basilikum
½ Zitrone	1 EL helles Mandelmus
2 TL Feigensenf (ersatzweise mittelscharfer Senf)	125 g Sojasahne
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 515 kcal, 29 g F, 20 g EW, 43 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser bedeckt bissfest garen. Danach abgießen und ausdampfen lassen.
2. Währenddessen die Schalotte schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Den Tofu klein würfeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze leicht anbraten. Den Tofu dazugeben und in 10-15 Min. rundum knusprig braten, mit Agavendicksaft ablöschen und kurz karamellisieren lassen.
3. Inzwischen den Staudensellerie putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Kohlrabi schälen, vierteln und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Den Apfel waschen, vierteln, entkernen und fein würfeln. Das Basilikum waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und in Streifen schneiden.
4. Die abgekühlten Kartoffeln pellen, vierteln und in Scheiben schneiden. Mit Sellerie, Kohlrabi, Apfel, Tofu-Zwiebel-Mix und Basilikum in eine Salatschüssel geben.
5. Für das Dressing die Zitrone auspressen und den Saft mit Mandelmus, Senf und Sojasahne mit einer Gabel so lange aufschlagen, bis eine cremige Masse entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Zum Servieren das Dressing zum Salat geben und gut untermischen. Den Salat auf Teller oder Schalen verteilen.