Rezept

Kartoffelsalat rot-gelb-grün

Ein Rezept von Kartoffelsalat rot-gelb-grün, am 20.04.2024

Zutaten

400 g	vorwiegend festkochende Kartoffeln
3	Frühlingszwiebeln
1	gelbe Paprika
2 EL	Olivenöl
	Salz
4 Stängel	Petersilie
100 ml	Gemüsebrühe
1	rote Paprika
150 g	Edamame (TK oder aus dem Glas)
1 EL	Apfelessig
	Pfeffer
½	Zitrone

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal, 13 g F, 10 g EW, 49 g KH

Zubereitung

1. Am Vortag die Kartoffeln waschen, in einem Topf mit Wasser bedecken, zum Kochen bringen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 25-30 Min. garen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen, pellen und zugedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

2. Am nächsten Tag die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in eine große Salatschüssel geben. Portionsweise die Gemüsebrühe zu den Kartoffeln gießen.

3. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und mit den Kartoffeln mischen. Paprika waschen, längs halbieren, von weißen Trennwänden und Kernen befreien, würfeln und ebenfalls zur Kartoffelmischung geben. Gefrorene Edamamebohnen 2-3 Min. in kochendem Wasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, abtropfen und abkühlen lassen. Dann unter die Kartoffeln heben. Edamame aus dem Glas direkt zum Salat geben.

4. Für die Marinade Olivenöl und Apfelessig verrühren und mit Salz und wenig Pfeffer abschmecken. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Marinade zum Kartoffelsalat geben, die Petersilie unterheben und den Salat mindestens 30 Min. durchziehen lassen. Den Saft der Zitrone auspressen und den Salat vor dem Servieren damit abschmecken.