

Rezept

Pellkartoffeln mit Pestoquark und Salat

Ein Rezept von Pellkartoffeln mit Pestoquark und Salat, am 26.04.2024

Zutaten

1,5 kg Drillinge (kleine Frühkartoffeln)	Salz
500 g Magerquark	120 g rotes Pesto
1 Bund Basilikum	1 große Möhre
1 großes Römersalatherz	1 kleine Dose Kichererbsen (120 g Abtropfgewicht)
150 g Kirschtomaten	2 EL Apfelessig
1 TL Honig	2 EL Olivenöl (nativ extra)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 580 kcal, 18 g F, 29 g EW, 72 g KH

Zubereitung

1. Die Drillinge gründlich waschen, in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. ½ TL Salz zufügen, das Wasser einmal aufkochen lassen und die Kartoffeln bei geschlossenem Deckel in 15-20 Min. weich garen.

2. Den Quark mit dem Pesto in eine Schüssel geben und glattrühren. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Eine Hälfte in Streifen schneiden, die andere Hälfte fein hacken. Das gehackte Basilikum unter den Quarkdip rühren und alles noch mit etwas Salz abschmecken.

3. Die Möhre schälen, putzen und in feine Scheiben hobeln. Das Salatherz waschen, trocknen und längs halbieren. Den Strunk entfernen und den Salat in feine Streifen schneiden. Die Kichererbsen in ein Sieb geben, gut abspülen und abtropfen lassen. Die Tomaten waschen, trocknen und halbieren.

4. Den Essig mit Honig und etwas Salz in einer großen Schüssel mit einem Schneebesen verrühren. Das Olivenöl dazugeben und das Dressing glattrühren. Dann Möhren, Salatstreifen, Basilikumstreifen, Kichererbsen und Tomaten dazugeben und alles vermengen.

5. Den Kichererbsensalat in der Schüssel mit den Pellkartoffeln und dem Pestoquark servieren.