

Rezept

Zuckerfreier Kartoffelsalat

Ein Rezept von Zuckerfreier Kartoffelsalat, am 03.05.2024

Zutaten

750 g festkochende Kartoffeln	4 Eier (M)
1 Bio-Salatgurke	1 Zwiebel
1 EL Olivenöl	200 ml Gemüsebrühe (ohne Zucker)
4 EL mittelscharfer Senf (ohne Zucker)	1 TL Zitronensaft
½ Bund Schnittlauch	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal, 11 g F, 12 g EW, 26 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und mit Schale klein würfeln. Die Kartoffelwürfel mit reichlich Wasser in einen Topf geben und in 15-20 Min. gar kochen. Anschließend abgießen und zugedeckt warm halten.
2. Inzwischen die Eier in ausreichend Wasser in 8-9 Min. hart kochen, dann kalt abschrecken, schälen und in Würfel schneiden. Die Gurke putzen, waschen, längs vierteln und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Eier, Gurken und Kartoffeln in einer Schüssel verrühren.
3. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Hälfte davon zur Kartoffelmischung geben. Den Rest mit der Brühe ablöschen und kurz aufkochen lassen. Senf und Zitronensaft dazugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen.
4. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Schnittlauch und Senfdressing zum Kartoffelsalat geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Kartoffelsalat gut mischen.