

Röstkartoffel-Paprika-Salat



Nährwerte pro Portion: Eiweiß: 14 g / Fett: 25 g / Kohlenhydrate: 29 g / Brennwert: 410 kcal

Zutaten für 4 Portionen

800 g mittelgroße festkochende Kartoffeln
Salz
2 Zwiebeln
3 EL Pflanzenöl zum Braten
200 ml heiße Gemüsebrühe
5 EL Weißweinessig
Pfeffer aus der Mühle
1 Prise Cayennepfeffer
2 EL Olivenöl
2 Bund Schnittlauch
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
200 g Feta-Käse
100 g Brunnenkresse alternativ Gartenkresse



© Fotostudio Diercks für ZS Verlag

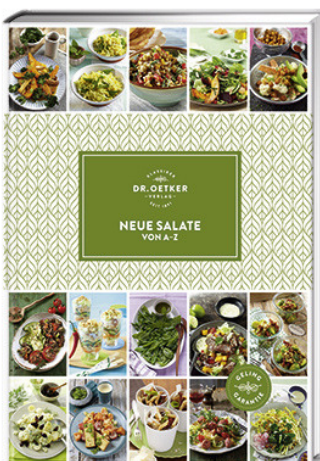
1. Möglichst am Vortag Kartoffeln gründlich unter fließendem Wasser abbürsten. Knapp mit Wasser bedeckt in einen Topf geben. Etwas Salz zugeben und zugedeckt aufkochen. Kartoffeln etwa 25 Minuten garen.
2. Kartoffeln abgießen, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und nach Möglichkeit über Nacht auskühlen lassen.
3. Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Kartoffeln pellen und in Scheiben oder Spalten schneiden.
4. Das Pflanzenöl in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin unter Wenden knusprig braten. Zwiebelringe zugeben und mitbraten.
5. Inzwischen Brühe, Essig, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Öl in einer Salatschüssel verquirlen. Röstkartoffeln und Zwiebelringe untermischen.



6. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Schnittlauch unter die Kartoffeln mischen. Salat ziehen lassen und gelegentlich durchmischen.

7. Paprika halbieren, entstielen, entkernen und die weißen Scheidewände entfernen. Paprika abspülen, abtropfen lassen und in Stücke schneiden. Feta grob zerbröckeln. Brunnenkresse verlesen, abspülen und trocken schleudern. Grobe Stiele von der Kresse abschneiden.

8. Feta und Paprika unter den Kartoffelsalat mischen, nochmals abschmecken. Mit der Brunnenkresse anrichten.



Mehr Rezepte in:
„Neue Salate von A-Z“

