Rezept des Monats

KINDERARCHE Sachsen e.V.

Hoffnung auf Leben



Kartoffel-salat

Schneller Kartoffelsalat für heiße Tage

In den Sommermonaten liegt der Duft von Gegrilltem in der Luft. Viele sind auf der Suche nach leichten Sommersalaten, die prima dazu passen und schnell hergestellt sind.

Hier kommt ein Vorschlag. Natürlich passt er auch wunderbar zu Rührei oder anderen Komponenten.

Kleine Fachkunde: Frische Kräuter geben den Gerichten eine feine Note und liefern zusätzlich Vitamine, Antioxidantien und sekundäre Pflanzenstoffe. Sie unterstützen den Geschmack und sind eine gute Alternative zu Salz.

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Kartoffeln, festkochend
- 2 Gurken
- 3 EL Olivenöl
- 1 kleiner Bund Dill
- Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 40 min
Koch- oder Backzeit: 25 min

So wird's gemacht

- Kartoffeln mit Schale kochen, schälen und in Scheiben schneiden.
- Gurken (schälen) in Scheiben raspeln und mit Salz, Pfeffer, Essig, Öl sowie klein gehacktem Dill zu einem kräftigen Gurkensalat verarbeiten.
- Die Kartoffelscheiben unterheben.

Tipp: Schinkenwürfel anbraten und unterheben.