Stampferdäpfel-Salat

Stampferdäpfel-Salat

Vorbereitungszeit
40 Min.

Schwierigkeit
leicht

4 Personen
4 Personen

Vegetarisch
Vegetarisch

glutenfrei
glutenfrei

ohne Nüsse
ohne Nüsse

zuckerfrei
zuckerfrei

Zutaten

- 500 g festkochende Erdäpfel
- 30 ml Olivenöl
- 0.5 Stück Salatgurke
- 1 Bund Radieschen
- 200 g rote Zwiebeln
- 125 g Rucola
- 150 g Feta

Für die Marinade

- 100 g Naturjoghurt (3,6 %)
- 2 Esslöffel Weißweinessig
- 15 g Schnittlauch, fein gehackt
- Salz, Pfeffer

Schritt 1

Erdäpfel (**Empfehlung: clever Erdäpfel festkochend**, öffnet eine externe URL in einem neuen Fenster) in gesalzenem Wasser ca. 20 Minuten (je nach Größe) weich kochen. Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen.

Schritt 2

Gekochte Erdäpfel auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit einem Glas flach drücken, großzügig mit Olivenöl bestreichen, salzen und pfeffern. Ca. 30 Minuten knusprig backen.

Schritt 3

Gurke der Länge nach halbieren und hobeln. Radieschen in Scheiben hobeln. Zwiebel schälen, halbieren und fein schneiden.

Schritt 4

Für die Marinade Joghurt mit Weißweinessig, Schnittlauch, Salz und Pfeffer in einer Schüssel miteinander verrühren.

Schritt 5

Rucola, Zwiebeln, Gurken, knusprige Erdäpfel und Radieschen mit der Marinade vermengen. Feta darüberbröseln und servieren.