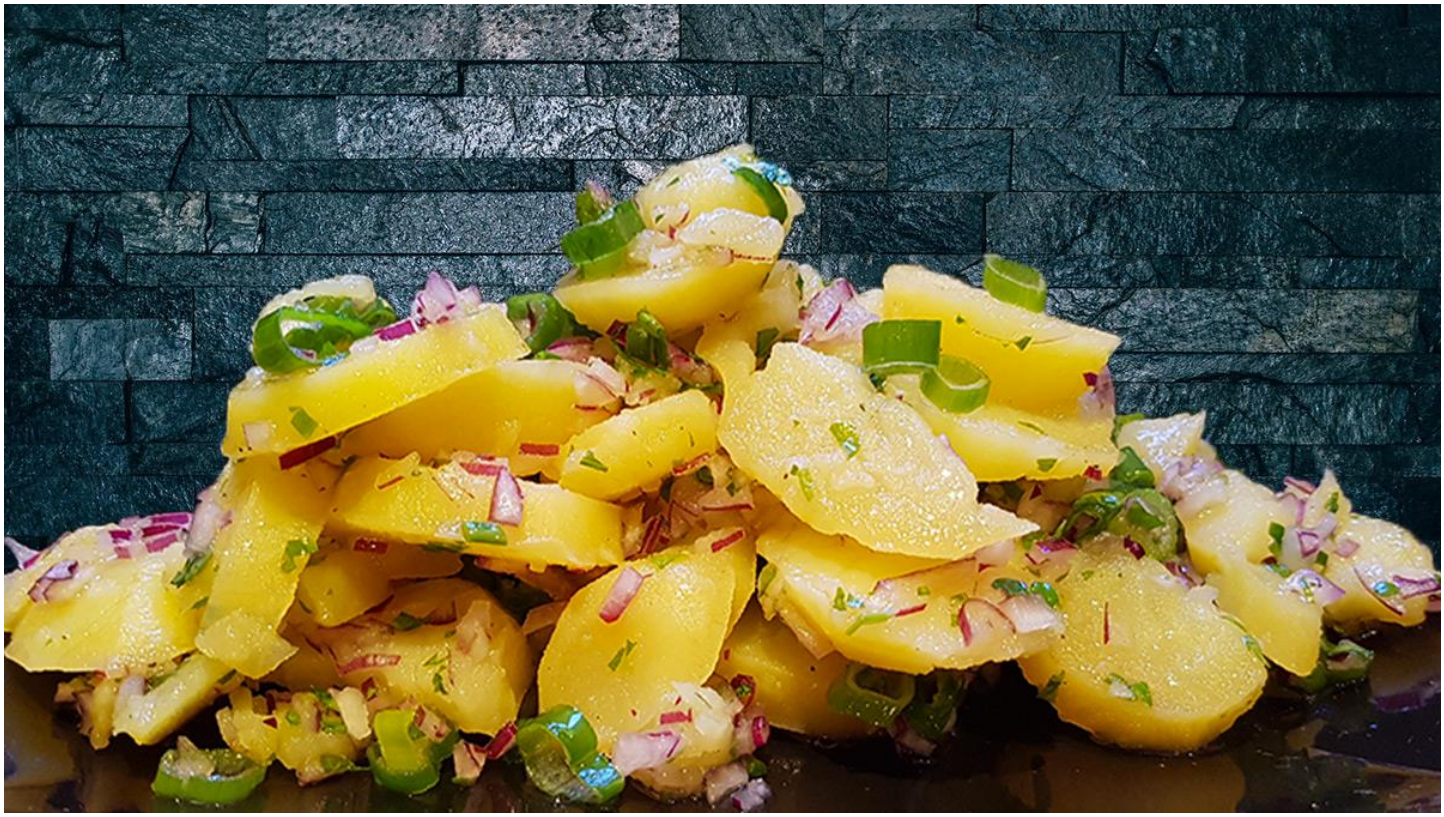

KARTOFFELSALAT

Informationen:

- Für 4 Portionen
- Kostet etwa 0,75 € pro Portion
- Die Zubereitungsdauer
    - Kartoffeln kochen rund 25 Minuten
    - Kartoffeln pellen, kleinschneiden und zubereiten rund 20 Minuten

Alle Angaben sind Zirka-Werte und ohne Gewähr.

Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 100
- KJ: 421
- Fett: 5,3 g
- KH: 11,3 g davon 2,2 g Zucker
- Eiweiß: 1,2 g

Zutaten:

Für den Kartoffelsalat:

- 1 kg Kartoffeln festkochend
- Salzwasser
- 300 ml Gemüsebrühe, kann im Notfall auch aus Brühwürfeln oder Instantbrühepulver hergestellt werden.
- 6 EL Obst-Essig (alternativ Weinbrand-Essig)
- 8 EL Öl
- 1 Bund Blattpetersilie
- 1 mittelgroße Zwiebel

- 1 TL Salz
- etwas Pfeffer (aus der Mühle)

Zubereiten:

Der Kartoffelsalat:
Ich würde den Kartoffelsalat einen halben Tag vor dem Verzehr zubereiten, so dass er noch durchziehen kann.

Die Kartoffeln kochen:
- Die Kartoffeln waschen und rund 20 Minuten kochen. Sie sollten noch bissfest sein.

Während die Kartoffeln kochen:
- Die Blattpetersilie waschen, trocknen und ohne die Stängel fein hacken.
- Die Zwiebel in sehr kleine Würfel schneiden.
- In einem Topf die Gemüsebrühe, den Essig und das Öl zusammen kurz aufkochen.

Wenn die Kartoffeln fertiggekocht sind:
- Die Kartoffeln abgießen und noch heiß/warm pellen.
- Dann die Kartoffeln umgehend in dünne Scheiben schneiden, am besten direkt in eine Schüssel.
- Das warme Dressing (Brühe) über die noch warmen geschnittenen Kartoffeln geben. Die Kartoffeln sollen noch warm sein und einen Teil der Brühe aufnehmen.
- Die gehackten Zwiebeln und Blattpetersilie dazu geben.
- Nun alles vorsichtig durchmischen und rund 15 Minuten ziehen lassen.
- Den Kartoffelsalat mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.