

Spinatkartoffelsalat

Kategorien: Salat, Kartoffel, Spinat

Zutaten für: 4 Personen

800	Gramm	Mittelgroße, Kartoffeln Festkochend
1		Weißer oder roter Zwiebel
2-3		Knoblauchzehen
1		Zitrone; den Saft
3-4	Essl.	Erstklassiges Olivenöl (extra vergine)
250	Gramm	Feste Herzblättchen vom Wurzelspinat (geputzt und gewogen)

Anleitung:

Wenn man die Blätter als Salat verspeisen will, bleiben sie natürlich roh. Am besten eignen sich die kleinen, festen Herzblätter. Die dunkleren und robusteren Blätter von außen kann man ja anderweitig verarbeiten.

Die Kartoffeln in der Schale weich kochen, abgießen und nur ganz kurz abkühlen lassen - nur so weit, dass man anfassen kann. In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch sehr fein würfeln, mit Zitronensaft und Olivenöl sowie Salz und Pfeffer in einer Salatschüssel verquirlen. Die in dünne Scheibchen geschnittenen Kartoffeln zufügen und behutsam untermischen - nicht zu heftig umwenden, damit die Kartoffelscheiben nicht zu sehr zerfallen. Erst zum Schluss die Spinatblätter untermischen, dann sofort servieren.

Tipp: Den Salat sehr schnell anmachen, die Kartoffeln sollten noch gut warm sein, wenn sie die Marinade aufnehmen und durch ihre Wärme die steifen Spinatblätter weicher machen.

Quelle:

Rezept erfasst mit*RK* 22.02.2013
von Konrad Heizmann