



Nimm mich mit!
DEIN PICKNICK-REZEPT



Kartoffelsalat im Glas mit Mettenden

Für 4 Portionen

800 g festkochende Kartoffeln
Salz
300 g Mettenden
100 g Gewürzgurken
1 rote Zwiebel
80 g Feldsalat
½ Bund Schnittlauch
1 kleines Bund Radieschen

Für das Dressing

200 ml Gemüsebrühe
3-4 TL süßer Senf
4 EL Weißweinessig
8 EL Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer

- 1.** Kartoffeln waschen und in Salzwasser ca. 20 Min. nicht zu weich kochen.
- 2.** Mettenden in Scheiben schneiden, 3-5 Min. von beiden Seiten knusprig braten. Gewürzgurken würfeln. Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden. Feldsalat waschen, abtropfen lassen und zerzupfen. Schnittlauch und Radieschen waschen, trocken tupfen. Schnittlauch in Röllchen schneiden, Radieschen vierteln. Dressingzutaten cremig verrühren und abschmecken.
- 3.** Kartoffeln abgießen, kalt abschrecken, abtropfen lassen. Pellen, klein schneiden, mit Dressing auf 4 Schraubgläser (à mind. 500 ml) verteilen. Übrige Zutaten darauf schichten, mit Feldsalat enden. Gläser schließen. Vor dem Essen kräftig schütteln.

Veggie-Tipp: Statt Mettenden Räuchertofu knusprig anbraten. Lecker!

Zero-Waste-Tipp: Das leere Gurkenglas als Gefäß verwenden.

