

Gemüse-Kartoffel-Salat mit Senf-Vinaigrette

Zutaten für den Salat (für 4 Personen):

- 2 (mit Grün) Mairübchen
- 1 gelbe Zucchini
- 1 grüne Zucchini
- 3 mittelgroße Gewürzgurken
- 3 EL Gurkensaft
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 4 Stangen Staudensellerie
- 4 mittelgroße neue Kartoffeln
- 0,5 Bund Petersilie
- 1 EL Currypulver
- Rapsöl
- Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Kartoffeln waschen und in Scheiben schneiden. Anschließend etwa 10-12 Minuten in Salzwasser kochen, beiseitestellen. Das Grün von den Mairübchen schneiden und die feineren Stiele und Blätter hacken. Die Knollen schälen und mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben und mit etwas Rapsöl und Wasser gut vermengen. Etwa 10-15 Minuten marinieren.

Zucchini, Frühlingszwiebeln und Staudensellerie putzen und in Scheiben schneiden, die Gewürzgurken ebenfalls. Petersilie waschen, trocknen und die Blätter mit einer Schere grob zerkleinern.

Butterschmalz und etwas Rapsöl in einer großen, hohen Pfanne erhitzen. Zucchini, Frühlingszwiebeln, Staudensellerie und die gegarten Kartoffeln darin anschwitzen. Gurkenwasser und Gurkenscheiben hinzufügen. Alles bei mittlerer Hitze höchstens 3-4 Minuten schmoren. Dabei mit Currypulver, Salz und Zucker würzen und alles immer gut bewegen. Die marinierten Mairübchen erst in der letzten Minute in die Pfanne geben, sie sollen schön knackig bleiben.

Die gegarten Zutaten in eine Schüssel füllen.

Zutaten für die Vinaigrette:

- 200 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Honig
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 1 EL grober Senf
- 3 EL Raps- oder Olivenöl
- Salz

Alle Zutaten kräftig verrühren, zum Gemüse geben und alles gut vermengen. Die Vinaigrette lässt sich auch in einem fast leeren Honigglas zubereiten. Dafür Senf, Brühe, Öl und Gewürze in das Glas füllen. Das Glas verschließen und kräftig schütteln. Die Honigreste verbinden sich dann mit den restlichen Zutaten - eine ideale Resteverwertung.

Zum Schluss die Petersilie über den Salat streuen und wie folgt anrichten: Den Salat auf Teller verteilen und mit gehacktem Mairübchen-Grün und Pfeffer bestreuen. Mit Rapsöl beträufeln, dann möglichst lauwarm servieren. Der Salat schmeckt solo, ist aber auch ein leckerer Begleiter für Fisch, Lammkoteletts und Grillgerichte. Außerdem schmeckt er auf geröstetem Brot.

Sendung/Quelle: DAS!
Sendetermin: 02.06.2023
Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen