



BUNTER OFENKARTOFFELSALAT

ZUTATEN FÜR 3-4 PORTIONEN

FÜR DEN SALAT

500 g Süßkartoffeln
500 g Kartoffeln
50 g Pinienkerne
1 Maiskolben
100 g getrocknete Tomaten
Olivenöl, Salz, Pfeffer

FÜR DAS DRESSING

1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
5 EL Sesamöl
1 EL Rotweinessig
1 TL Senf
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Süßkartoffeln und Kartoffeln in mundgerechte Stücke schneiden, auf einem Backblech verteilen, etwas Olivenöl drüber geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Ungefähr 20 Minuten backen, bis sie leicht knusprig und braun sind.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne vorsichtig in einer fettfreien Pfanne rösten. Danach aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Jetzt die Maiskörner vom Kolben schneiden und in derselben Pfanne mit etwas Öl anbraten, bis sie gebräunt sind.

Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden.

Für das Dressing die Schalotte und den Knoblauch schälen und fein hacken. Dann zusammen mit Sesamöl, Rotweinessig und Senf in ein Schraubglas geben, kräftig schütteln und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer möchte, kann noch ein wenig Wasser dazugeben, um die gewünschte Konsistenz zu erhalten.

Die gebackenen Kartoffeln, Pinienkerne, Mais und getrockneten Tomaten in einer großen Schüssel mit dem Dressing vermengen und anschließend servieren.

Guten Appetit!

LEVEL
leicht

ZUBEREITUNGZEIT
ca. 40 Min.

ERNÄHRUNGSHINWEIS
vegan, glutenfrei, laktosefrei