

Schwierigkeitsgrad
LEICHT

Nachhaltigkeitslevel
NACHHALTIG

Kosten
GÜNSTIG

regional / saisonal
REGIONAL MÖGLICH
Saison: Juni bis Oktober, Lagerware ganzjährig

Rezept
VEGAN
VEGETARISCH

KOCHREZEPTE



Kartoffelsalat (schwäbisch)



ZUTATEN (5 Personen, als Beilage)

1,5 kg	Kartoffeln, festkochend
4	mittelgroße Zwiebeln
300 ml	Gemüsebrühe
5 EL	Apfelessig oder Weißweinessig
2 EL	Senf
4 EL	Olivenöl
	nach Wunsch Pfeffer, Salz
	Schnittlauch, Petersilie

Für Seminare, Jugendgruppen oder Großgruppen bis ca. 200 Personen. Für kleine, große oder Zeltlagerküchen geeignet.

Mehr Informationen und DIY-Anleitungen rund ums Upcycling findest du auf unserer Website: dlrg-jugend.de



ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln nach Bedarf waschen und für ca. 20 Min. in Salzwasser kochen,
2. Zwiebeln in Würfel schneiden und in etwas Öl andünsten.
3. Gemüsebrühe dazugeben, einmal aufkochen und dann vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen.
4. Kartoffeln schälen und in Scheiben oder Würfel schneiden.
5. Restliche Zutaten unter die Gemüsebrühe-Zwiebelmischung mischen (Essig, Senf, Olivenöl, Salz, Pfeffer). Dann über die Kartoffeln geben und umrühren.
6. Kartoffelsalat 1 Stunde ziehen lassen, dann mit Kräutern anrichten.

