



-  VEGETARISCH
-  PERSONEN
-  LEICHT
-  30 MIN

Süßkartoffel salat

EINKAUFLISTE:

- 300 g Süßkartoffel
- ½ Bund Rucola
- 200 g Cocktailtomaten
- 15 g Parmesan
- ½ Granatapfel
- Balsamicoreme
- Salz und Pfeffer

Kategorie: MITTAGESSEN

Süßkartoffel schälen und in Würfel schneiden. Wasser ansetzen und die Süßkartoffel ca. 10 Minuten im Topf kochen.

Den Rucola und die Tomaten gründlich waschen. Beides auf den Tellern verteilen. Den Granatapfel halbieren und die Kerne vorsichtig entfernen.

Die Süßkartoffel aus dem Wasser nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Parmesan hobeln und zusammen mit den Süßkartoffeln und den Granatapfelkernen über dem Salat verteilen. Balsamicoreme über den Salat geben. Alternativ kannst du das Dressing selber machen und Essig und Öl anmischen.



Rezept von trytrytry für Gerolsteiner.