

# Curry- **Kartoffelsalat**

Bio Kochbox KW 27



# Curry- Kartoffelsalat



## Für 2 Portionen:

- 0,5 kg Frühkartoffeln
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Zwiebel
- ½ TL Zitronenabrieb
- ½ EL körnigen Senf
- 75 ml Apfelsaft
- 90 ml Gemüsebrühe
- 1 Apfel
- ½ Bund Schnittlauch
- 100 g griechischer Joghurt

## Für 4 Portionen:

- 1 kg Frühkartoffeln
- 2 EL Zitronensaft
- 2 Zwiebeln
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1 EL körnigen Senf
- 150 ml Apfelsaft
- 175 ml Gemüsebrühe
- 2 Äpfel
- 1 Bund Schnittlauch
- 200 g griechischer Joghurt

## Eigener Vorrat

- Salz, Pfeffer
- 5 EL Olivenöl
- 7-8 EL Balsamico
- 1 EL Curry
- 1 TL Honig
- 1 EL Senf
- 1 Lorbeerblatt

## Zubereitung:

Kartoffeln gründlich waschen und bürsten. Zusammen mit dem Lorbeerblatt in Salzwasser ca. 25 Minuten (nicht zu weich) garen. In der Zeit Zwiebeln pellen und fein hacken. Ca. 10 Minuten bevor die Kartoffeln fertig sind. Zwiebeln in 1 EL Olivenöl glasig dünsten. Curry zugeben, ganz kurz mitdünsten, dann Senf und Honig hinzufügen. Mit 6 EL Essig, dem Apfelsaft und der Gemüsebrühe ablöschen. 1 x aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten einkochen lassen.

Kartoffeln abgießen, ausdämpfen und noch warm direkt in die Marinade schneiden. Abkühlen lassen und abgedeckt mind. 2 Stunden durchziehen lassen. Äpfel waschen, das Fruchtfleisch bis zum Kerngehäuse abschneiden und klein würfeln. Petersilie mit den Stielen fein hacken. Äpfel, Petersilie und das restliche Olivenöl unter den Salat heben. Mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Essig würzig abschmecken.

Joghurt mit Zitronensaft und -schale verrühren und in Klecksen auf den Salat geben.