



Kartoffel-Spargelsalat mit Avocadodressing – cremig, frisch & perfekt für den Frühling

Zutaten für den Kartoffel-Spargelsalat

- 1 kg neue Kartoffeln, vorwiegend festkochende
- 500g weißer Spargel
- 250g grüner Spargel
- 100g Cocktailtomaten
- Kresse
- etwas Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Zutaten für das Avocado Dressing

- 1 Avocado
- 20ml Sahne
- 30 ml Gemüsebrühe
- Etwas Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit etwas Salz kochen. Wenn sie gar sind abschütten und ausdampfen lassen. Ich habe die Kartoffeln noch gepellt. Neue Kartoffeln kann man mit Schale essen und müssen nicht zwingend geschält werden. Den Spargel schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden (siehe Foto). In eine Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Spargelscheiben darin kurz andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Spargel zusammen mit den Kartoffeln in eine Schüssel geben. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren und dazu geben. Für das Avocado Dressing das Fleisch der Avocado auslösen und zusammen mit den restlichen Zutaten in ein Messbecher geben und pürieren. Das Dressing mit Salz & Pfeffer abschmecken. Das Avocado Dressing zum Salat geben und gut mischen. Die Kresse zum Schluss schneiden und drüberstreuen. Am besten sollte der Kartoffel-Spargelsalat mit Avocado Dressing ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur durchziehen.