

Kartoffel-Spargelsalat mit Avocadodressing



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 Avocadodressing

- 1 Avocado
- 20 ml 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 Avocadodressing das Fleisch der Avocado auslösen und zusammen mit den restlichen Zutaten in ein Messbecher geben und pürieren. Das Dressing mit Salz & Pfeffer abschmecken.

Das Avocadodressing zum Salat geben und gut mischen. Die Kresse zum Schluss schneiden und drüber streuen.

Am Besten sollte der Kartoffel-Spargelsalat mit Avocadodressing ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur durchziehen.