

Süßkartoffelsalat mit Portulak

500 g Süßkartoffeln

Süßkartoffeln in Salzwasser ca. 15. Minuten bissfest garen, pellen und würfeln.

1 rote Zwiebel

Zwiebel fein würfeln.

100 g Salatgurke

Gurke in Scheiben schneiden.

¼ Bund Schnittlauch

Für das Dressing Schnittlauch hacken.

2 TL. Senf

Senf

4 EL Sojajoghurt

Joghurt

2 TL Ahornsirup

Ahornsirup und den

2 TL Weißweinessig

Essig cremig rühren.

Salz, Pfeffer

Schnittlauch unterrühren, salzen + pfeffern.

2 EL Rapsöl

Öl in der Pfanne erhitzen. Süßkartoffeln bei mittlerer Hitze knusprig braten. Salzen und pfeffern.

35 g Portulak

Mit Gurkenscheiben, Portulak, Zwiebelwürfeln und Saaten mischen.

1-2 EL Saaten

Dressing in zwei Gläser füllen. Süßkartoffel-Salat darauf schichten.

Mit Grissini servieren.