

Kartoffelsalat mit Thunfisch und Bohnen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

1 kg neue Kartoffeln, am Vortag gekocht und abgesc
80 ml Weißweinessig
Salz
150 ml Olivenöl, nativ extra
2 rote Zwiebeln, in Streifen geschnitten
1 EL Kapern
400 g Cannellini-Bohnen aus dem Glas oder frische
2 Dosen Thunfisch in Öl, gute Qualität
100 g Rucola



ZUBEREITUNG

Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Essig knapp zum Kochen bringen, kräftig salzen und über die Kartoffeln geben, umrühren. Cannellini-Bohnen in einem Sieb waschen und abtropfen lassen, (dicke Bohnen ca. 10 bis 15 min. bissfest garen, dann abschrecken). Thunfisch abtropfen lassen.

Rucola waschen und trocken tupfen. Zwiebelstreifen, Kapern, Bohnen und Thunfisch mit den Kartoffeln vermischen. Dann das Olivenöl unterrühren und mit Salz und Pfeffer nachwürzen. a. 1 Stunde ziehen lassen, zwischendurch umrühren.

Kurz vor dem Servieren den Rucola unterheben.

Guten Appetit!



DE-ÖKO-006



Marienhof
ESPERDE