

... > Spezielles > Ernährungskonzepte > Vegetarisch

Kartoffelsalat mit Feta, Feldsalat und Nüssen



Als Vorspeise oder Hauptgericht

★★★★☆ 4.45 (9 Bewertungen)

💬 4 Kommentare

 20 Min.  simpel  24.04.2014  418 kcal

Weitere Rezepte - genauso gut!

Zutaten

4



Portionen

600 g Kartoffel(n), festkochend

1 m.-große Zwiebel(n), fein gewürfelt

100 ml Gemüsebrühe

200 g Feldsalat

200 g Feta-Käse, grob gewürfelt

50 g Walnüsse, grob gehackt

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Für das Dressing:

6 EL Balsamico Bianco, oder Weißweinessig

4 EL Öl (Walnussöl)

2 Prisen Zucker

Nährwerte pro Portion

Nährwerte pro Portion

kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydr.
418	13,38 g	28,44 g	25,85 g

Zubereitungstipps

Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 20 Minuten

🕒 Ruhezeit ca. 2 Stunden

🕒 Koch-/Backzeit ca. 20 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 2 Stunden 40 Minuten

Die Kartoffeln in der Schale kochen, pellen, in dicke Scheiben schneiden. Die Gemüsebrühe aufkochen, mit den Zwiebeln ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln mit der Brühe übergießen, salzen und pfeffern, abkühlen lassen und dabei öfters vorsichtig umrühren.

Alle Zutaten für das Dressing gut vermischen, z. B. in einem Schüttelbecher oder Schraubdeckelglas.

200 g Feldsalat waschen, putzen und trocknen. Mit dem Feta zu den Kartoffeln geben, Dressing dazugeben und alles vorsichtig mischen.

Den Salat auf 4 Tellern anrichten und die Nüsse darüber streuen.

Die Menge reicht für ca. 4 Personen, je nach Appetit, als Hauptspeise oder als Beilage, z. B. zu Hähnchenfilet.

Kleinere Portionen eignen sich auch als Vorspeise.

Rezept von



dodith

Weitere Rezepte von dodith

[Mehr >](#)

Tipps & Trends

Video Empfehlungen

Markenrezepte bei Chefkoch

Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

04.08.2018 09:54

[dodith](#)

Hallo Sasare,
danke für Deine Rückmeldung und die Anregungen zum Rezept. Es freut mich, dass Euch der Kartoffelsalat schmeckt.
Die Zwiebeln köchle ich einige Minuten in der Brühe. Lies nochmal den 2. Satz im ersten Absatz :)
VG
dodith

[Antworten](#)

03.08.2018 19:03

[Sasare225](#)

Soooo lecker, ich habe den Salat jetzt schon des öfteren gemacht, mittlerweile zählt er zu unseren liebungssalaten. Die Zwiebel - zu der ich in der Zubereitungsbeschreibung nichts entnehmen konnte - brate ich in etwas Butter an und vermische diese mit der Brühe übergossen Kartoffeln. Mein extra Tipp: eine Chili zu den Kartoffeln dazu geben. Desweiteren verwende ich mittlerweile die doppelte Menge Nüsse.
Die Mengenangabe für vier Personen reicht bei uns zwei guten essern als Hauptspeise ohne weiteren Beilagen.
Vielen Dank für das Rezept

[Antworten](#)

13.03.2017 14:25

[Ma-tine](#)

So gut!

[Antworten](#)

14.10.2016 19:24

[ChristinaLucky](#)

Perfekte Zusammenstellung. Ich habe mich genau ans Rezept gehalten und habe nun einen neuen Liebungsalat!!!

[Antworten](#)

Folge uns



Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

Wir sind für Dich da

[FAQ](#)

Live Rezeptsuchen

[blumenkohlcremesuppe rezepte](#), [erdäpelkas rezepte](#), [hchzeitssuppe rezepte](#),
[kekskuchen rezepte](#), [koreanisch rezepte](#), [likörrezepte rezepte](#), [linsen-mangold rezepte](#),
[napolitana rezepte](#), [no-bake rezepte](#), [schnewittchenuchen rezepte](#)

© 1998-2021 Chefkoch GmbH