

Kartoffelsalat mit Linsen und Ananas



dickkuechen.de

Zutaten (für 4 Personen)

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 125 g Linsen (gegart)
- 250 ml Gemüsebrühe
- 1 Dose Ananas, in Stücken
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 300 g Naturjoghurt
- 2 EL Mayonnaise
- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL Ananassaft
- Kräutersalz
- Pfeffer
- Curry
- gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen und in einen gelochten Garbehälter geben und garen.
Dampfgaren 100°C / 25-28 Minuten
Druckdampfgaren 120°C / 13-15 Minuten

2. Nach dem Garen die Kartoffeln noch heiß pellen, erkalten lassen und in Scheiben schneiden.

3. Linsen und Gemüsebrühe in einen hohen, geschlossenen Garbehälter geben und garen.

Dampfgaren 100°C / 2-3 Minuten

Druckdampfgaren 95°C / 2-3 Minuten

4. Ananas abtropfen lassen, Saft auffangen. Frühlingszwiebeln säubern, in Ringe schneiden, und mit Kartoffeln, Linsen und Ananas vermengen.

5. Joghurt, Mayonnaise, Zitronensaft und 3 EL von dem aufgefangenen Ananassaft verrühren und unter die Salatzutaten rühren. Mit Kräutersalz, Pfeffer und Curry abschmecken und mit Petersilie garnieren.

Zubereitungszeit

Dampfgarer ca. 65-70 Minuten

Druckdampfgarer ca. 55-60 Minuten