Löwenzahnsalat mit Speck-Kartoffeln

Der Löwenzahnsalat mit Speck-Kartoffeln und hartgekochte Eier ist ein köstliches Salat-Rezept im Frühjahr. Die zarten Löwenzahnblätter sind zudem noch sehr gesund!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 30 min

Zutaten

200 g	Kartoffeln (festkochend)
100 g	Löwenzahnblätter
2 Stk.	Eier (hartgekocht)
100 g	Speck (oder Schinken)
3 EL	Kürbiskernöl
2 EL	Apfelessig
	Salz und Pfeffer
	Öl

Zubereitung

1. Für den **Löwenzahnsalat mit Speck-Kartoffeln** den Löwenzahn gründlich waschen und mit einer Salatschleuder trocken zu schleudern. Schneide ihn dann in kleine Stücke. Koche die Kartoffeln, lasse sie abkühlen. Schäle die Kartoffeln und schneide sie in Scheiben oder Würfeln.

2. Schneide den Speck in Streifen oder kleine Würfel und brate ihn in einer Bratpfanne mit den Kartoffeln in etwas Öl goldbraun an. Für das Dressing mische Salz, Pfeffer und Apfelessig und rühre dann das Kürbiskernöl unter.

3. Vermische den Löwenzahn mit den Kartoffeln und Speck. Gib das Dressing hinzu, alles gut verrühren. Richte den Salat auf Tellern an und garniere ihn mit den hart gekochten Eiern.

Unsere Empfehlung

Bratpfanne 32 cm, mit kratzfester Titanium antihaft-Beschichtung **hier bestellen**

Tipp

Für den Löwenzahnsalat junge Blätter vor der Blüte sammeln. Später schmecken die Löwenzahnblätter nicht mehr so zart und meist zu herb. Zusätzlich den Salat noch mit knusprig gebratenen Brotwürfeln garnieren.