

Id1504 web f9f91738a5f612c44e10f9d0631c2be9

Kartoffelsalat mit Pute, knackigem Fenchel und Haselnüssen



20-30min



2 Personen

Wer liebt nicht einen richtig geschmackvollen Kartoffelsalat? Wir haben uns dieses Mal ein tolles Rezept aus zarter Pute, knackigem Fenchel, würzigen Zwiebeln und gerösteten Haselnüssen ausgedacht. Das wird dann alles mit den gekochten Kartoffeln und einem spritzigem Senf-Dressing serviert. Das klingt köstlich!

Was du von uns bekommst

- Petersilie
- Brathändl Gewürz
- Haselnüsse¹⁵
- Kartoffelnetz
- Putenbrust
- Senf¹⁰
- Fenchel
- rote Zwiebel

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Alufolie
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 655.0kcal, Fett 28.9g, Eiweiß 46.3g, Kohlenhydrate 47.5g



1. Kartoffeln kochen

Einen mittelgroßen Topf mit 1TL Salz und Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Währenddessen die **Kartoffeln** gut waschen, dann mit der Schale je nach Größe halbieren oder vierteln. Sobald das Wasser kocht die **Kartoffeln** ca. 15-20Min. bissfest garen, dann absieben und abkühlen lassen.



2. Gemüse vorbereiten

Fenchel vierteln, den Strunk herausschneiden und in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, vierteln und in dünne Streifen schneiden. Die **Petersilie** grob hacken. Wer keine rohen **Zwiebeln** mag, kann sie später für 1-2Min. beim Fleisch mit anbraten.



3. Pute vorbereiten

Putenbrust in ca. 1,5cm große Würfel schneiden und mit 1EL **Gewürzmischung**, 1EL Pflanzenöl, Salz und Pfeffer marinieren.



4. Putenwürfel braten

Eine Pfanne mittelhoch erhitzen, dann die **Haselnüsse** grob hacken und für ca. 1-2Min. ohne Fett rösten bis sie duften, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Pfanne erneut mittelhoch erhitzen und das **Fleisch** ca. 3-4Min. goldbraun braten, anschließend in Alufolie wickeln und beiseitestellen.



5. Dressing zubereiten

Senf mit 3EL Essig, gehackter **Petersilie** und 4EL Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Salat zusammenstellen

Kartoffeln in mundgerechte Stücke schneiden, dann mit **Fenchel**, **Dressing**, den **Zwiebeln** und den **Nüssen** vermengen, evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die **Putenwürfel** darüber anrichten.