Kartoffelrösti, Avocado-Eier-, Apfel-Karotten-Salat

Für zwei Personen

Für die Rösti:

800 g festk. Kartoffeln	Muskatnuss	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Eiersalat:

2 reife Avocado	5 Radieschen	1 Frühlingszwiebeln
1 EL Kapern	4 Eier	1 TL Crème-fraîche
10 g Microgreens	$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer

Für das Dressing:

1 Zitrone, Saft	1 EL griech. Joghurt	1 TL helle Misopaste
1 TL Honig	Weißweinessig	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Öl:

50 g Schnittlauch	20 g Babyspinat	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
150-200 ml neutrales Öl	Salz	

Für den Karottensalat:

250 g Karotten	2 Äpfel	
----------------	---------	--

Für das Dressing:

1 Zitrone, Abrieb, Saft	1 EL Apfelessig	1 EL Ahornsirup
1 EL Walnussöl	1-2 Zweige Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Walnüsse:

2-3 EL Walnüsse	Ahornsirup	
-----------------	------------	--

Für die Garnitur:

2 Wachteleier	1-2 EL Granatapfelkerne	Sprossmix
---------------	-------------------------	-----------

Für die Rösti:

Die Kartoffeln schälen und raspeln. Überschüssiges Wasser ausdrücken.

Kartoffelraspel mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und Rösti 10-15 Minuten darin ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen.

Für den Eiersalat:

Eier 7 Minuten kochen. Anschließend abschrecken und pellen. Etwas abkühlen lassen und klein schneiden.

Avocado schälen, vom Kern befreien und das Fruchtfleisch würfeln.

Radieschen und Frühlingszwiebeln putzen und klein schneiden. Kapern, Schnittlauch und Microgreens ebenfalls klein schneiden. Alles mit Eiern und Crème fraîche vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Dressing:

Zitronensaft auspressen und mit Joghurt, Misopaste, Honig und Olivenöl vermengen. Mit Weißweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing mit Eiersalat vermengen.

Für das Öl:

Schnittlauch und Spinat abbrausen und trockenwedeln oder trockenschleudern. Beides in einen Mixer geben.

Öl auf 70 Grad erwärmen und zum Schnittlauch und Spinat hinzufügen. Alles fein pürieren. Mit einer Prise Salz und ein paar Tropfen Zitronensaft abschmecken und nochmals kurz anmixen. Mischung durch ein Mulltuch passieren.

Für den Karottensalat:

Karotten und Äpfel schälen und raspeln.

Für das Dressing:

Zitrone heiß abspülen und die Schale abreiben. Dann Zitronensaft auspressen. Petersilie hacken.

Zitronensaft, Zitronenabrieb, Apfelessig, Ahornsirup, Walnussöl und Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Über den Karottensalat geben.

Für die Walnüsse:

Walnüsse anrösten und mit Ahornsirup ablöschen bzw. karamellisieren.

Für die Garnitur:

Wachtelei wachweich kochen. Vor dem Servieren pellen. Aus Sprossen ein kleines Osternest bauen. Wachtelei hineingeben. Gericht mit Granatapfelkernen garnieren.

Lea Thomssen am 21. April 2025