



Smashed Potatoes Salat mit frittierten Kapern



60 Minuten



easy cheesy

Zutaten

für 4 Personen

800 g	kleine festkochende Kartoffeln
4 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer
4 EL	Kapern (gut abgetropft)
	Öl zum Frittieren
50 g	Rucola
50 g	Feldsalat
1 kleiner	Radicchio (ca. 150 g)
Optional	Cocktail Tomaten
2 Becher	Rupp Veinschmecker Aufstrich Tomate-Basilikum
Zitronendressing:	
4 EL	Olivenöl
	Saft und Abrieb von 1 Zitrone
1 TL	Honig oder Agavendicksaft
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1

Kartoffeln vorbereiten und smashen:

- Die Kartoffeln gründlich waschen und in gesalzenem Wasser kochen, bis sie gar sind (ca. 15-20 Minuten, je nach Größe).
- Die Kartoffeln abgießen und leicht auskühlen lassen.
- Die Kartoffeln in einer Schüssel mit Öl übergießen.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Kartoffeln darauf platzieren. Mit einem Glas oder einer Gabel leicht zerdrücken („smashen“), sodass sie etwas platt sind.
- Mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und im vorgeheizten Backofen bei 215°C (Ober-/Unterhitze) für etwa 30 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind.

2

Kapern frittieren:

- Das Öl in einem kleinen Topf oder einer Pfanne erhitzen (ca. 160-170 °C). Die Kapern gut trocken tupfen (z.B. mit Küchenpapier), damit sie nicht spritzen.
- Die Kapern in das heiße Öl geben und für 2-3 Minuten frittieren, bis sie knusprig sind. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.



3

Zitronendressing:

Alle Zutaten miteinander verrühren und nach Geschmack salzen.

4

Salat:

Den Salat waschen und trocken schütteln. Die Tomaten waschen und ggf. halbieren. Zusammen mit dem Dressing in einer Schüssel verrühren.

5

Alles zusammenfügen:

- Den Veinschmecker Aufstrich auf den Tellern verteilen und mit dem Salat belegen
- Die Potatoes auf dem Salat verteilen
- Zum Schluss die frittierten Kapern gleichmäßig darüber streuen und alles mit italienischen Kräutern (optional) würzen.