



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760
hallo@chriskochtüte.de
facebook.com/chriskochtuete

chriskochtüte.de
Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Annabelle´s Süßkartoffelsalat mit getrockneten Tomaten und Kalamata-Oliven

Bitte das Rezept einmal komplett durchlesen. Und leg dir schon mal Olivenöl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Messer, Schneidebrett sowie eine ofenfeste Auflaufform bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 40 min gibt´s schon lecker Essen! Aber keine Angst: Davon sind nur ca. 15 Min "Arbeitszeit".

Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Jetzt die **Süßkartoffeln** unter fließendem Wasser feste abrubbeln. Die Enden knapp entfernen. Den Rest in relativ kleine Würfel schneiden. Achte darauf, dass die Würfel in etwa die gleiche Größe haben. Dann sind später alle Stücke gleich durch. Die Zweige des **Rosmarins** abzupfen, grob klein hacken und mit Olivenöl (2 EL für die 1P-Tüte, 3-4 EL für die 2P-Tüte) vermischen. Die Süßkartoffelwürfel in die Auflaufform geben mit dem Rosmarin-Öl-Gemisch gut vermengen und in den Ofen geben. Alles ca. 20-25 Min im Ofen garen. Nach 15 Min einmal vorsichtig umrühren. Nach 20 Min probieren, ob die Kartoffeln schon gar sind. Dazu mit einer Gabel hinein pieksen. Wenn die Gabel mit nur wenig Widerstand in die Kartoffel geht, dann ist sie durch und die Form kann aus dem Ofen. Dann das Ganze ca. 20 Min abkühlen lassen.

Die komplette **Petersilie** waschen, Blätter abzupfen und klein hacken. (Das passt so. Da muss soviel Petersilie ran:) **Getrocknete Tomaten** in dünne Streifen schneiden. **Kalamata-Oliven** grob klein machen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Jetzt Balsamicoessig (3-4 EL für die 1P-Tüte, 6-7 EL für die 2P-Tüte) unter die Kartoffeln geben und vorsichtig umrühren. Mit etwas Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Das war´s schon. Du hast einen leckeren Salat gemacht.

Genieß Deinen Feierabend!

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören.
facebook.com/chriskochtuete oder schreib
unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein
Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.

Besuch mich auf
mir an hallo@chriskochtuete.de. Mal