



## Frankfurter Grüner Salat

### Zutaten (für vier Portionen):

#### Frankfurter Grüne Sauce-Dressing

Frankfurter Grüne Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Kerbel, Kresse, Sauerampfer, Pimpinelle und Boretsch)

Salz, Pfeffer, Zucker

1 Zitrone (unbehandelt)

125 ml Schmand

125 ml saure Sahne

1 TL Senf

1-2 EL Öl

#### Waffelkartoffeln

4 Kartoffeln

Öl zum Frittieren

#### Sowie

400 g bunte Pflücksalate

4 Eier, hartgekocht

1 rote Zwiebel

### Zubereitung (circa 25 Minuten, ohne Garzeiten):

Ein paar frische Kräuter für den Salat aufheben. Für die Frankfurter Grüne Sauce die Kräuter grob zerkleinern und zusammen mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, Abrieb und Saft der Zitrone, Schmand, saurer Sahne und etwas Senf in einen Mixerbecher geben. Zu einer glatten Masse pürieren, die Konsistenz hierbei über die Zugabe von Öl steuern.

Für die Waffelkartoffeln die Kartoffeln schälen und mit einem Waffelhobel oder dem entsprechenden Aufsatz für die Reibe in Waffelform bringen, indem die Kartoffeln jedes Mal um 90 Grad gedreht werden. Alternativ kann man auch klassische dünne Scheiben herstellen. In ausreichend Fett die Waffelkartoffeln bei etwa 160 Grad Celsius portionsweise knusprig ausfrittieren. Auf Küchenpapier entfetten, dann salzen und bei Bedarf im Ofen bei 80 Grad Celsius warmhalten.

Die frischen Kräuter grob zerkleinern und mit den Pflücksalaten kombinieren. Einen Teil des Dressings zum Anrichten auf die Teller geben, darauf den Salat platzieren. Die Eier schälen, in Spalten schneiden und dekorativ auf dem Teller anrichten, ebenso wie die in feine Ringe geschnittene Zwiebel. Mit dem restlichen Dressing verfeinern und die Waffelkartoffeln dekorativ einstecken. Sofort servieren.

### Nährwerte pro Portion:

453 kcal – 35 g Fett – 14 g Eiweiß – 20 g Kohlenhydrate

**Dieses Gericht ist vegetarisch und glutenfrei.**