Kartoffel-Kichererbsen-Salat

(4 Personen)

Zutaten:

-400g Kartoffeln (festkochend, gewaschen, geviertelt)
-1 kleine Dose Kichererbsen
-100g Cherry-Tomaten (halbiert)
-1 Knoblauchzehe
-3 EL Olivenöl
-1 EL Sesamöl (geröstet)
-10g Babayspinat (frisch)
-2 Frühlingszwiebeln (in Ringen 0,5cm)
-3/4 TL Pfeffer
-1/2 TL Honig
-1/2 TL Senf
-2 EL Balsamico
-80g Sonnenblumkerne
-Kräuter nach Wahl (z.B. Petersilie)

Zubereitung:

1. Backofen auf 220°Grad vorheizen. Backbleck mit Backpapier auslegen.
2. Knoblaich pressen und in gr. Schale geben
3. Kartoffeln mit Olivenöl und Pfeffer in die Schüssel zugeben. Alles zusammen auf das Backblech geben und 20Min backen. Danch wenden und weitere 10-15Min backen.
4. In der Backzeit Sonnenblumkerne mit Sesamöl in Pfanne rösten.
5. Dressing: Olivenöl, Balsamico, Senf, Honig, Kräuter zusammenrühren (Mixer ist auch möglich)
6. Kartoffeln aus den Ofen nehmen, abkühlen lassen.
7. Kichererbsen, Tomaten und Spinat (er kann auch gebraten sein), Frühlingszwiebeln zum Dressing geben und gut vermengen.
8. Kartoffeln hinzugeben und mit den Sonnenblumkernen garnieren.

Bon Appètit!

Deine Caro