

Frühlingsalat mit frischen Erbsen und Beinschinken

21. April 2021

Zutaten

200 g frische Erbsen (aus der Schote gelöst)

250 g Traditions

Beinschinken

Alternativ TK-Erbsen

2 Salatherzen

2 Frühlingszwiebeln

300 g speckige Erdäpfel

1 Bund Minze

150 g griechischer Joghurt

4 EL Zitronensaft

Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Erdäpfel in Wasser garen (je nach Größe 25-35 Minuten). Kurz überkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden.

Wasser aufsetzen, salzen, Erbsen darin gar kochen, abseihen (Kochwasser beiseite stellen).

Schinken in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Salatherzen waschen, trocken schleudern, in 1,5 cm breite Streifen schneiden. Frühlingszwiebel putzen, waschen, in feine Ringe schneiden.

Joghurt mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und der Hälfte der Minze (gehackt) glattrühren. Sollte das Dressing zu dickflüssig sein, mit 1-2 EL vom Erbsenkochwasser verdünnen.

Salatherzen mit Schinken, Erdäpfeln, Erbsen und Frühlingszwiebeln in eine Schüssel geben, mit dem Joghurtdressing vermischen.

Eventuell nochmals mit Salz, Pfeffer und/oder Zitronensaft nachwürzen. Die restliche Minze darüber zupfen und anrichten.