

Tortilla mit Joghurt-Minz-Dip und Feldsalat

Für zwei Personen

Für die Tortilla:

4 große Kartoffeln	1 Zwiebel	4 Eier
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für den Joghurt-Minz-Dip:

500 g griech. Joghurt	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft
1 Bund Minze	3 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat	1 Rispe Kirschtomaten	4 Radieschen
1 Mini-Gurke	$\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Tortilla:

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Beides in einer tiefen Pfanne mit reichlich Öl bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten frittieren. Salzen und pfeffern. Petersilie hacken. Eier in einer größeren Schüssel mit Petersilie verquirlen und salzen. Dann Kartoffeln zu den Eiern geben und gut miteinander vermengen. Pfanne erneut mit reichlich Öl erhitzen und Kartoffel-Ei-Masse hineingeben. Bei niedriger Temperatur braten bis das Ei stockt. Nach etwa 7 Minuten wenden und weiter garen. Sobald die Tortilla von beiden Seiten goldbraun ist, kann sie serviert werden.

Für den Joghurt-Minz-Dip:

Knoblauch abziehen und fein hacken. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Beides mit Joghurt vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Zitrone auspressen. Dip mit 3 EL Zitronensaft und Olivenöl abschmecken.

Für den Feldsalat:

Salat waschen und trockenschleudern. Kirschtomaten, Gurke und Radieschen waschen und kleinschneiden. Zitrone auspressen. Aus Saft, Olivenöl, Salz und Pfeffer ein Dressing machen und mit Salat, Gurken, Radieschen und Tomaten vermengen.

Amal Andres am 25. Oktober 2023