

Ja, auch das, was ja heute unbedingt „Dressing“ heißen muss, ist eine Soße. Wer schon einmal in solch einem kleinen, unscheinbaren französischen Restaurant fern der Touristenziele und am besten in einer Kleinstadt zu Mittag gegessen hat, weiß, dass der Salat ohne diese Verschönerung gereicht wird. Stattdessen stehen handliche Gefäße mit Essig und Öl neben Salz und Pfeffer auf dem Tisch. Gerade grünen Salat richtet sich der Esser mit Hilfe dieser Zutaten selbst an. Es sind auch genau die Bestandteile, die das Blattzeug ernährungstechnisch abrunden. Aber, die beiden Flüssigkeiten haben einen gemeinsamen Nachteil: die eine (Essig) ist wässrig, die andere (Öl) fettig. Und bekanntlich mischen sich die nur sehr ungern. Es sei denn, man setzt einen Emulgator ein. Bei der klassischen Vinaigrette ist das der Senf.

Diese scharfe Paste vermittelt zwischen Essig und Öl und sorgt dafür, dass die beiden – zumindest eine Weile – eine gemeinsame Soße bilden. Wer diesen Zustand verlängern will, gibt übrigens ein ganz klein wenig Milch bei. Einen perfekten Emulgator, der zu allem Überfluss auch noch den Geschmack abrundet, bildet aber die stinknormale Kartoffel. So entsteht die bei Hobbyküchen beinahe sagenumwobene Kartoffel-Vinaigrette.

Die Zutaten (für 4 Salatportionen):

1 mittelgroße, frisch gekochte Pellkartoffel

1 ~ 2 EL fruchtiger Essig (Apfel, Himbeere o.ä.)

1 TL Ahornsirup (oder ein anderer fruchtiger Sirup, z.B. vom Granatapfel)

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Meersalz

allerbestes Olivenöl in passender Menge

Die Zubereitung:

Am besten nimmst du einen tiefen Teller zum Arbeiten. Du pellst die noch warme, aber nicht mehr heiße Kartoffel und zerdrückst sie grob mit einer Gabel. Gib dann nach und nach den Essig hinzu und zermatsche so lange bis eine Paste entsteht. Dann rührst du noch ein wenig mehr Essig ein, würzt mit dem Ahornsirup sowie Salz und Pfeffer. Übertrag das Ergebnis in eine Schüssel, die noch Platz für das Öl lässt. Nun schlägst du – ebenfalls mit der Gabel oder einem kleinen Rühr- oder Schneebesen – nach und nach das Öl hinein, das du im dünnen Strahl laufen lässt. Du wirst mindestens die anderthalbfache Menge wie die des Essigs

brauchen. Optimal ist das Ergebnis, wenn die Vinaigrette eine Konsistenz in etwa wie ein Sahnejoghurt hat.

Diese Soße sollte im Kühlschrank ungefähr eine halbe Stunde durchziehen. Danach rührst du noch einmal kräftig durch und schmeckst mit Salz und Pfeffer ab. Je nachdem, welche Kartoffelsorte du gewählt hast, wird die Vinaigrette noch spürbare Kartoffelstückchen enthalten, die aber nicht weiter stören. Servierst du den Salat portionsweise, nappierst du die Soße kurz vor dem Auftragen großzügig obenauf. Oder aber du stellst die Schüssel samt Löffel zur Selbstbedienung hin. Die Kartoffel-Vinaigrette passt zu allen Blattsalaten in allen Mischformen sowie gemischtem Salat, in dem eben auch Blattgrün vorkommt. Weniger gut passt dieses Dressing auf Salate, die mit Käse oder Fleisch aufgepimpt wurden.