

Neue Kartoffeln mit Thunfisch-Dip

Kartoffel-Gerichte » Gebackene Kartoffeln

Zutaten (4 Personen)

- » 1,2kg Kartoffel(n)
- » 3 Dosen Thunfisch
- » 300g Joghurt (natur)
- » 4 EL Zitronensaft
- » 4 EL Salatmayonnaise
- » 3 EL Kapern
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Olivenöl
- » 1 EL Butter/Margarine
- » 2 TL Zitronenschale
- » 3 EL geh. Petersilie

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Die neuen Kartoffeln unter fließendem Wasser abbürsten und mit der Schale in etwas Wasser 25min garen.
2. Den Thunfisch abtropfen lassen, mit einer Gabel zerpfücken und mit dem Joghurt, dem Zitronensaft, der Salatmayonnaise sowie den Kapern verrühren. Dann mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
3. Das Olivenöl und die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln darin kurz anbraten, anschließend die abgeriebene Zitronenschale und die Petersilie dazugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Die Kartoffeln mit dem Thunfisch-Dip anrichten, evtl. garnieren.

Nährwerte: 740kcal/E29g/F46g/KH51g pro Portion

angelegt am: 21.02.2005

Rezept-Nr: 1540

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke