Fischstäbchen mit Kartoffelsalat

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
Salz	
Eier	1 St.
Zwiebeln, gelb	2 St.
Gemüsebrühe	300 ml
Öl	5 EL
Essig	2 EL
Senf	3 EL
Pfeffer, schwarz	
Gewürzgurken	2 St.
Petersilie, frisch	20 g
Schnittlauch, frisch	10 g
Kapern	1 EL
Mayonnaise	150 g
Joghurt, natur	100 g
Fischstäbchen	16 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Schüssel, kleiner Topf, großer Topf mit Deckel, mittlere Pfanne

1. Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen. Zugedeckt ca. 20 Min. weich garen. In einem weiteren Topf ca. 1 l Wasser aufkochen. Eier in das kochende Wasser geben und ca. 7 Min. garen. Eier abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und pellen.

2. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einem Topf Gemüsebrühe aufkochen und 2/3 der Zwiebeln darin ca. 3 Min. garen. Brühe leicht abkühlen lassen und 2 EL Öl, Essig und 2 EL Senf verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Kartoffeln abgießen, pellen und noch lauwarm in dünne Scheiben schneiden. In einer Schüssel Kartoffelscheiben mit lauwarmem Dressing übergießen, vermengen und mindestens 20 Min. ziehen lassen.

4. Eier und Gewürzgurken würfeln. Petersilie und Schnittlauch waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und hacken. Kapern ebenfalls hacken.

5. In einer Schüssel Mayonnaise mit Joghurt vermengen. Eier, Gewürzgurken, Kräuter, Kapern und Zwiebeln unterheben und mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

6. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Fischstäbchen darin ca. 5 Min. goldbraun braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Fischstäbchen mit Kartoffelsalat und Remoulade auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	973 kcal
Kohlenhydrate	79 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	61 g