Scharfer Paprika-Kartoffelsalat mit Forelle

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Paprika, rot	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Bio Limetten	2 St.
Gemüsebrühe	100 ml
Olivenöl	2 EL
Zucker	1 TL
Chili, gemahlen	
Forelle, geräuchert	400 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, Backblech mit Backpapier, Gefrierbeutel

1. Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kartoffeln waschen und mit der Schale in kochendem Salzwasser ca. 20 Min. garen.

2. Inzwischen Paprika waschen, vierteln, Strunk und Kerngehäuse entfernen und mit der Hautseite nach oben auf ein mit Alufolie belegtes Blech legen. Im Ofen ca. 10 Min. backen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. In einen Gefrierbeutel geben und ca. 10 Min. ruhen lassen, dann häuten und klein schneiden.

3. Knoblauch schälen und fein hacken. Limetten waschen, die Schale von ½ Limette fein abreiben und Saft auspressen. In einer Schüssel Knoblauch und Limettensaft mit Brühe und Öl verrühren, mit Salz, Zucker und Chili kräftig abschmecken.

4. Kartoffeln abgießen, pellen und in Scheiben schneiden. Noch warm mit der Paprika in das Dressing geben und durchziehen lassen. Paprika-Kartoffel-Salat nochmals abschmecken und mit den geräucherten Forellenfilets auf Teller anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	412 kcal
Kohlenhydrate	51 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	10 g