



# Wildlachs auf Kartoffel-Apfel-Radieschen-Salat

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Wildlachs, tiefgefroren	600 g
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Salatgurken	1 St.
Äpfel, rot	1 St.
Radieschen	1 Bund
Schnittlauch, frisch	10 g
Pfeffer, schwarz	
Öl	5 EL
Gemüsebrühe	200 ml
Essig	3 EL
Süßer Senf	1 EL

## Zubereitung

 Küchenutensilien

kleiner Topf, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Küchenkrepp

1. Lachs am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und bei mittlerer Stufe zugedeckt ca. 12 Min. garen.
2. Gurke waschen, Enden entfernen, längs vierteln, Kerne herausschneiden und würfeln. Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und würfeln. Radieschen waschen, Enden entfernen und würfeln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.
3. Lachs waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Lachs darin ca. 5–7 Min. braten. Brühe ggf. anrühren und in einem Topf aufkochen.
4. Kartoffeln mithilfe des Deckels abgießen und Gurke, Apfel und Radieschen in den Topf geben. Mit Brühe übergießen und mit Öl, Essig und süßem Senf vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Wildlachs mit Kartoffel-Apfel-Radieschen-Salat auf Tellern verteilen und mit Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 633 kcal

---

Kohlenhydrate 51 g

---

Eiweiß 36 g

---

Ballaststoffe 5 g

---

Fette 32 g

---