



Kartoffelsalat mit Garnelen | Skyr-Sauce – leicht, proteinreich & raffiniert

Zutaten

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 200 g Garnelen küchenfertig (Bio oder zertifizierter Wildfang)
- 1 rote Zwiebel
- 1 Gurke
- 1 Apfel säuerlich, z. B. Boskoop
- 200 g Skyr
- 100 g Naturjoghurt
- 2 EL Gurkenwasser
- 1 TL Senf
- ½ Bund Dill
- Salz Pfeffer
- etwas Zitronensaft
- Olivenöl zum Anbraten der Garnelen

Zubereitung

Kartoffeln mit Schale in Salzwasser garen, abkühlen lassen, pellen und in Scheiben schneiden.

Zwiebel, Gurken und Apfel in feine Würfel schneiden. Dill hacken.

Für das Dressing Skyr, Joghurt, Gurkenwasser, Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft verrühren.

Garnelen in etwas Olivenöl kurz und kräftig anbraten, bis sie glasig und saftig sind.

Kartoffelscheiben mit Zwiebel, Gurke, Apfel und Dill mischen, Dressing zugeben und vorsichtig unterheben.

Garnelen frisch gebraten obenauf legen oder unterheben – je nach Belieben.

Den Salat am besten noch 30 Minuten durchziehen lassen und mit frischem Dill servieren.