



# Hasselback-Kartoffel-Salat mit Lachs

Zeit gesamt  
🕒 45min

Zubereitungszeit  
🕒 45min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Lachsfilet, tiefgefroren	300 g
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Öl	6 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Gewürzgurken	4 St.
Schnittlauch, frisch	10 g
Dill, frisch	10 g
saure Sahne	3 EL
Mayonnaise	1 EL
Senf	1 TL
Balsamicoessig, hell	1 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 225 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Lachs zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen. Kartoffeln waschen und fächerförmig in ca. 0,3 cm breiten Abständen ein-, aber nicht durchschneiden. Dafür Kartoffeln zwischen 2 Kochlöffelstiele klemmen und so einschneiden, dass sie an der Unterseite noch zusammenhängen.
2. Kartoffeln mit 3 EL Öl einreiben mit dem Fächer nach oben auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, salzen und pfeffern und ca. 30–35 Min. im Ofen goldbraun backen.
3. Inzwischen in einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Lachs waschen, trocken tupfen und in der Pfanne ca. 5 Min. anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
4. Gurken in Scheiben schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Dill waschen, eine Handvoll schöne Dillspitzen beiseitelegen, grobe Stiele entfernen und Rest fein hacken.
5. Für das Dressing in einer Schüssel saure Sahne, Mayonnaise, Senf, Gewürzgurken, 1 TL Gewürzgurkenwasser, Essig, restliches Öl und gehackte Kräuter vermischen. Hasselback-Kartoffel-Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Durchziehen beiseitestellen.
6. Fertige Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, mit Dressing mischen. Lachs grob zupfen und mit Kartoffeln auf einer großen Servierplatte anrichten. Hasselback-Kartoffel-Salat

mit Dillspitzen serviert garnieren.

Guten Appetit!

Tipp: Alternativ kannst du die Kartoffeln je nach Größe auch einfach geviertelt oder halbiert im Ofen rösten.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	523 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	27 g