

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
702 kcal

KOHLLENHYDRATE
61,0 g

FETT
35,9 g

EIWEISS
30,2 g

BALLASTSTOFFE
6,0 g

Kartoffelsalat mit Würstchen

Zubereitung (40 Min.)

1. Die Kartoffeln mit Schale in leicht gesalzenem Wasser weichkochen, noch warm schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Tomate klein schneiden.
2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Gewürzgurke klein schneiden. Die Salatmayonnaise mit Joghurt und Senf glattrühren. Den Weißweinessig, das Gewürzgurkenwasser und die Zwiebelwürfel unterrühren. Salz und gemahlene Pfeffer zum Dressing dazugeben. Petersilie hacken.
3. Das Dressing mit den Tomaten und der Petersilie über die Kartoffeln geben, mischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
4. Die Wiener Würstchen in Wasser aufkochen und ca. 2-3 Minuten ziehen lassen. Würstchen mit Kartoffelsalat auf einem Teller anrichten. Nach Belieben mit Petersilie garnieren.

Zutaten

300 g Kartoffeln, festkochend
1 Tomate (ca. 110 g)
1 Zwiebel, rot, klein (ca. 40 g)
1 Gewürzgurke (ca. 65 g)
1 EL Salatmayonnaise, fettreduziert
2 EL Joghurt 1,5 % Fett
1/2 EL Senf
1 EL Weißweinessig
2 EL Gewürzgurkenwasser
2 Wiener Würstchen (ca. 140 g)
1-2 Stiele Petersilie, frisch
1/2 TL Salz
Pfeffer