



## Feine Räucherlachsfrikadellen

mit Kartoffeln und Gurken-Dill-Salat



30-40min



3-4 Personen

Die saftigen Räucherlachsfrikadellen mit Zitrone und Dill sind einfach köstlich, da werden sich Klein und Groß drauf einigen können. Dazu gibt es klassische Salzkartoffeln und einen knackig-cremigen Gurkensalat mit feinem Joghurtdressing. Guten Appetit!

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Packungen Stremellachs <sup>4</sup>
- 1 unbehandelte Zitrone
- 10g frischer Dill
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Karotte
- 2 Gurken
- 1 Becher Joghurt <sup>7</sup>
- 1 Päckchen Senf <sup>10</sup>
- 1 Packung Semmelbrösel <sup>1</sup>

- 1 Ei <sup>3</sup>
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

Energie 751kcal, Fett 37.4g,  
Kohlenhydrate 66.7g, Eiweiß 38.4g



## 1. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** schälen, je nach Größe halbieren oder vierteln und in einem mittelgroßen Topf mit gesalzenem Wasser bedecken. Das Wasser zum Kochen bringen und die **Kartoffeln** 15-20Min. kochen, bis sie bissfest sind. In ein Sieb abgießen.



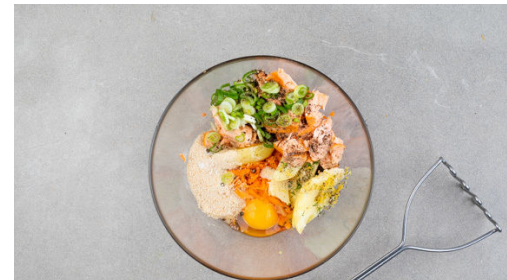
#### 4. Gurkensalat zubereiten

Die **Gurken** längs halbieren und in möglichst dünne Scheiben schneiden. Die **Gurkenscheiben** mit dem **Zitronensaft**, der **1/2 des Dills**, dem **Joghurt**, der **1/2 des Senfs** und 1-2EL Olivenöl vermengen und den **Salat** mit Salz, Pfeffer und Zucker nach Geschmack würzen. Ggf. auch mehr **Senf** hinzugeben.



## 2. Fisch vorbereiten

Den **Lachs** mit einem scharfen Messer von der Haut lösen und in grobe Stücke zerteilen. Evtl. vorhandene Gräten entfernen.



## 5. Frikadellen zubereiten

Ca. **1/3 der Kartoffeln** mit den **Karotten** stampfen und mit der **1/2 der Zitronenschale**, dem **restlichen Dill**, den **Lauchzwiebeln** sowie den **Semmelbröseln** vermengen. Den **Lachs** und 1 Ei dazugeben und alles zu einer homogenen Masse verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann **14-16 tischtennisballgroße Kugeln** formen und diese leicht platt drücken.



### 3. Gemüse vorbereiten

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Dillspitzen** abzupfen und fein schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Die **Karotte** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln.



## 6. Frikadellen braten

Die **Fischfrikadellen** in einer großen Pfanne mit 2-3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. goldbraun anbraten. Die **restlichen Kartoffeln** mit der **restlichen Zitronenschale** und 1-2EL Olivenöl verfeinern. Die **Fischfrikadellen** mit den **Kartoffeln** und dem **Gurkensalat** anrichten und servieren.