MARLEY SPOON



Kartoffel-Thunfisch-Salat mit Feta

mit Rucola, Gurke, Radieschen & Dill

30-40min 6 Portionen

Heute steht zarter Thunfisch im Mittelpunkt und bringt feine Meeresaromen auf den Teller. Sein saftiges, mild-würziges Fleisch harmoniert hervorragend mit dem leicht salzigen Feta und dem klassischen Kartoffelsalat. Knackige Radieschen, Salatgurke, aromatischer Dill und Rucola verleihen dem Gericht Frische und Biss. Eine leichte, ausgewogene Komposition, die angenehm sättigt und rundum guttut.

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 3 Bund Radieschen
- 2 Zwiebeln
- 3 Gurken
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 3 Dosen Thunfisch in Aufguss [1]
- 20g Dill
- 200g Feta [2]
- 100g Rucola
- 50g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Enthält: **Fisch** (1), **Milch** (2).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion

Energie 464kcal, Fett 14.3g, Kohlenhydrate 50.0g, Eiweiß 31.9g



1. Kartoffeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln samt Schale** je nach Größe ggf. halbieren, in das kochende Wasser geben und 20–25Min. kochen, bis sie gar sind. In ein Sieb abgießen und abkühlen lassen.



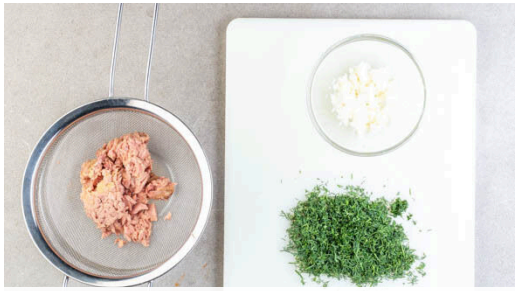
2. Gemüse schneiden

Inzwischen die **Radieschen** putzen, halbieren oder vierteln und mit 1 kräftigen Prise Salz vermengen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Gurken** längs vierteln und in ca. 1cm große Würfel schneiden.



3. Brühe vorbereiten

½EL Brühgewürz in 300ml heißem Wasser auflösen. Die **Brühe** probieren und nach Geschmack ggf. mehr **Brühgewürz** einrühren.



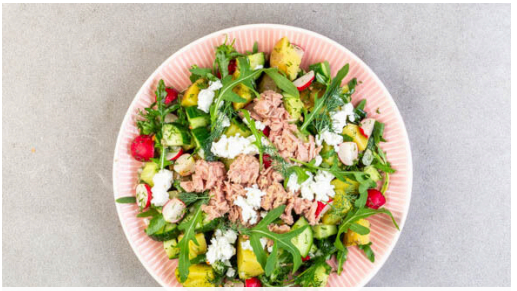
4. Toppings vorbereiten

Den **Thunfisch** in ein Sieb abgießen. Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden. Den **Feta** mit den Fingern oder einer Gabel grob zerkrümeln.



5. Salat mischen

Die **Kartoffeln** in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem **Thunfisch**, den **Radieschen**, den **Zwiebeln**, dem **Rucola**, den **Gurken**, der **½ des Dills**, der **Brühe** sowie je 3EL Pflanzenöl und Essig vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann die **Kartoffeln** zuvor schälen.



6. Anrichten und servieren

Den **Kartoffel-Thunfisch-Salat** auf Teller verteilen. Mit dem **Feta** und dem **restlichen Dill** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**