Rezept

Kartoffeln mit Avocadoquark

Ein Rezept von Kartoffeln mit Avocadoquark, am 05.06.2025

Zutaten

1 kg	kleine, festkochende Kartoffeln
2	Avocados
500 g	Magerquark
	Pfeffer
300 g	geräucherter Lachs (in dünnen Scheiben; ersatzweise Lachs- oder Kochschinken)
	Salz
3 EL	Zitronensaft
2 EL	Olivenöl
½ Bund	Frankfurter Grüne-Soße-Kräuter (Borretsch, Brunnenkresse, Kerbel, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer, Schnittlauch)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 685 kcal, 40 g F, 45 g EW, 35 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln mit Schale gut waschen, in einem Topf mit Salzwasser bedecken, aufkochen und in ca. 20 Min. als Pellkartoffeln garen.

2. Währenddessen die Avocados halbieren, Kerne und Schalen entfernen, die Avocadohälften mit dem Zitronensaft mit einer Gabel fein zerdrücken. Das Avocadopüree mit Quark und Öl glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuter verlesen, waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Anschließend die Kräuter unter den Avocadoquark mischen.

3. Die Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und pellen, auf Teller setzen und mit Pfeffer würzen. Den Avocadoquark und den Räucherlachs dazu servieren.