

Rezept

Kartoffelsalat mit Meeresfrüchten

Ein Rezept von Kartoffelsalat mit Meeresfrüchten, am 01.06.2026

Zutaten

500 g frische Miesmuscheln	8 rohe Garnelen mit Schale und Kopf (ca. 300 g)
2 EL Sonnenblumenöl	600 g kleine neue Kartoffeln
Salz	1/2 TL Kümmel
1 Blatt Lorbeer	1 Bund Dill
1 Bund Basilikum	1 Bund Schnittlauch
3-4 EL Weißweinessig	1 EL Senf
100 g Sahne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Die Muscheln in reichlich kaltem Wasser gründlich waschen und falls nötig die Bärte entfernen. Die Muscheln 5 Min. im Wasser liegen lassen, dann offene Muscheln wegwerfen. Garnelen kurz abwaschen.
2. In einem großen weiten Topf das Öl erhitzen. Die tropfnassen Muscheln und Garnelen hineingeben und zugedeckt bei starker Hitze 3-4 Min. garen, dabei den Topf öfter rütteln.
3. Die Muscheln und Garnelen in ein Sieb schütten, den Sud dabei auffangen. Jetzt noch geschlossene Muscheln aussortieren und wegwerfen, aus den übrigen Muscheln das Fleisch auslösen. Den Kopf von den Garnelen abdrehen, die Schwänze aus der Schale lösen und der Länge nach halbieren, dabei entdarmen. Den Meeresfrüchtesud durch einen Kaffeefilter gießen.
4. Kartoffeln gründlich waschen, in einen Topf geben und 1 TL Salz, Kümmel und Lorbeerblatt dazugeben. Knapp mit Wasser bedecken und bei mittlerer Hitze zugedeckt in 15-20 Min. bissfest garen.
5. Inzwischen die Kräuter waschen und trocken schütteln. Den Schnittlauch in 1 cm lange Röllchen schneiden. Die Dillspitzen und die Basilikumblättchen von den Stielen zupfen und grob zerschneiden. Die Kräuter mit Essig, Senf und 1 kräftigen Prise Salz verrühren. Den Meeresfrüchtesud und die Sahne unter das Dressing mischen.
6. Das Kartoffelwasser abgießen und die Kartoffeln kurz im Topf auf der ausgeschalteten Herdplatte ausdämpfen lassen. Kartoffeln längs halbieren. Mit den Meeresfrüchten und dem Kräuterdressing mischen, kräftig salzen, pfeffern und 30 Min. durchziehen lassen. Nochmals abschmecken und servieren.