

Remoulade

Zutaten | 8 Portionen

1	Knoblauchzehe
5 Stängel	Petersilie, frisch
2	Schalotten
50 g	saure Gurken
200 g	Schmand
¼ TL	Salz
1 Prise	Pfeffer
50 g	Rapsöl oder Sonnenblumenöl
1	Ei, hart gekocht

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitung:

- Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken oder durch eine Knoblauchpresse drücken.
- Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- Schalotten schälen und möglichst fein würfeln. Die sauren Gurken ebenfalls in kleine Würfel schneiden.
- Das hart gekochte Ei pellen und fein hacken.
- Schmand in eine Schüssel geben. Knoblauch, Petersilie, Schalotten und Gurkenwürfel hinzufügen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl nach und nach unterrühren, bis eine cremige Remoulade entsteht.
- Zum Schluss das gehackte Ei kurz unterrühren.
- Die Remoulade mindestens 30 Minuten im Kühlschrank durchziehen lassen, damit sich die Aromen gut verbinden.
- Vor dem Servieren nochmals abschmecken und nach Belieben mit etwas frischer Petersilie garnieren.

Tipp:

Für eine leichtere Variante kann ein Teil des Schmands durch Naturjoghurt oder Quark/Skyr ersetzt werden. Wer es etwas würziger mag, ergänzt die Remoulade mit einem Teelöffel Senf oder etwas fein gehacktem Schnittlauch, Dill oder Kerbel.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
285 kcal	28,0 g	3,0 g	4,0 g	75,0 mg