

## Σαλάτα με σκουμπρί και μυρωδικά

Αυτή η σαλάτα είναι αρωματική, νόστιμη και ιδανική για ένα ελαφρύ δείπνο.

Βουτήξτε την τραγανή μπαγκέτα στην πεντανόστιμη σάλτσα της.

Το καπνιστό σκουμπρί είναι ένα οικονομικό, πλούσιο σε πρωτεΐνες υλικό, που αξίζει να έχετε στο ψυγείο σας.

- ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ 20 λεπτά
- ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 4 μερίδες
- ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ εύκολη

### Υλικά:

200γρ. φιλέτο σκουμπρί καπνιστό σκουμπρί, χωρίς το δέρμα.

550γρ. πατάτες, καθαρισμένες και κομμένες σε μπουκίτσες.

200γρ. ψημένα παντζάρια (όχι σε ξίδι, χοντροκομμένα.

αλάτι και φρεσκοτριμμένο μαύρο πιπέρι.

60γρ. τρυφερά φύλλα σαλάτας.

2 κουταλιές ψιλοκομμένο άνηθο, 2 κουταλιές ψιλοκομμένο σχοινόπρασο.

1 μπαγκέτα για το σερβίρισμα.

### για την σάλτσα:

4 κουταλιές εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο

Χυμός από 1 λεμόνι

1 κουταλιά μουστάρδα με ολόκληρους σπόρους

1 κουταλάκι μέλι

1 σκελίδα σκόρδο ψιλοκομμένο

### Εκτέλεση

1. **ΒΡΑΖΟΥΜΕ ΤΙΣ ΠΑΤΑΤΕΣ.** Βάζουμε τις κομμένες πατάτες σε μία μεγάλη κατσαρόλα με αλατισμένο βραστό νερό και τις βράζουμε για 15 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν. Τις στραγγίζουμε και τις αφήνουμε στην άκρη.
2. **ΕΤΟΙΜΑΖΟΥΜΕ ΤΟ ΣΚΟΥΜΠΡΙ.** Στο μεταξύ κόβουμε το καπνιστό σκουμπρί σε μπουκιές, αφαιρώντας τυχόν κόκκαλα και το τοποθετούμε σε ένα μεγάλο μπολ σερβιρίσματος. Προσθέτουμε τα φύλλα σαλάτας και τα μυρωδικά και ανακατεύουμε απαλά.
3. **ΦΤΙΑΧΝΟΥΜΕ ΤΗΝ ΣΑΛΤΣΑ.** Βάζουμε τα υλικά για την σάλτσα σε μία μικρή κανάτα, προσθέτουμε αλάτι και πιπέρι και τα χτυπάμε με ένα πιρούνι.
4. **ΡΙΧΝΟΥΜΕ ΤΗΝ ΣΑΛΤΣΑ, ΑΝΑΚΑΤΕΥΟΥΜΕ ΚΑΙ ΣΕΡΒΙΡΟΥΜΕ.** Προσθέτουμε τις ζεστές πατάτες και περιχύνουμε με την σάλτσα ανακατεύοντας απαλά. Προσθέτουμε το παντζάρι και σερβίρουμε αμέσως μαζί με μπαγκέτα.