

### Zutaten

- 300g mehlig kochende Kartoffeln
- ½ Bund Minze
- ½ Bund glatte Petersilie
- 3 Knoblauchzehen
- 100 g Joghurt Vollfettstufe (möglichst von Schaf oder Ziege)
- 3 EL kaltgepresstes Olivenöl
- 2 EL Zitronensaft
- Meersalz
- Pfeffer aus der Mühle



### Zubereitung

Die Kartoffeln waschen und abbürsten, zugedeckt in wenig Salzwasser etwa 20 Minuten gar kochen.

Abgießen und etwas kühlen lassen, dann pellen und noch heiß durch Kartoffelpresse drücken oder zerstampfen.

Minze und Petersilie waschen, abtrocknen und fein hacken.

Knoblauch schälen und pressen.

Joghurt abtropfen lassen, wenn Flüssigkeit obenauf steht.

Kräuter und Knoblauch, Joghurt, Olivenöl und Zitronensaft zu den Kartoffeln geben.

Alles verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen ein Spiegelei und ein frischer Blattsalat