

Brot mit Petersilien-Eiersalat

Zeit gesamt 15min



Zubereitungszeit 15min





Zutaten

für 4 Portionen

Eier	6 St.
Petersilie, frisch	10 g
Salatgurken	0.5 St.
Radieschen	0.5 Bund
Sonnenblumenkernbrot	8 Scheiben
Senf	1 TL
Mayonnaise	2 EL
Salz	

Pfeffer, schwarz gemahlen

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf mit Deckel

- 1. Wasser in einem Topf zugedeckt aufkochen. Eier anpieksen, in das kochende Wasser geben und ca. 7 Min. garen. Eier abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und pellen.
- 2. Peterslilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Gurke und Radieschen waschen, Enden entfernen und in feine Scheiben schneiden. Gekochte Eier fein hacken. Brot nach Belieben toasten.
- 3. In einer Schüssel Eier mit Petersilie, Senf und Mayonnaise vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Brot verteilen und mit Radieschen und Gurke garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	512 kcal
Kohlenhydrate	41 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	28 g