

Rezept

## Brokkoli-Eier-Käse-Salat mit Brot

Ein Rezept von Brokkoli-Eier-Käse-Salat mit Brot, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>500 g</b> Brokkoli	Salz
<b>2</b> Eier (L)	<b>120 g</b> Bergkäse (45 % Fett i. Tr.)
<b>2 EL</b> Weißweinessig	<b>2 EL</b> Rapsöl
<b>1 TL</b> mittelscharfer Senf	Pfeffer
<b>2 Scheiben</b> Vollkornbrot	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal, 29 g F, 31 g EW, 30 g KH

### Zubereitung

1. Brokkoli waschen, putzen und in Röschen teilen. Diese in kochendem Salzwasser 5 Min. blanchieren, dann etwas Kochwasser abnehmen. Brokkoli in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Parallel dazu die Eier in kochendem Wasser in 10 Min. hart kochen, abschrecken, pellen und vierteln. Den Käse würfeln.
2. Essig, Öl, Senf, 3 EL Brokkolikochwasser, wenig Salz und Pfeffer in einer Salatschüssel verquirlen. Brokkoli und Käse dazugeben und gut mit dem Dressing mischen. Den Salat nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf zwei Teller verteilen. Die Eierviertel darauf arrangieren und den Salat mit dem Vollkornbrot servieren.