Rezept

Herzhafter Eiersalat

Ein Rezept von Herzhafter Eiersalat, am 29.05.2025

Zutaten

2	hart gekochte Eier
1 Bund	Schnittlauch
75 g	fettarmer Joghurt (1,5 % Fett)
1 TL	mittelscharfer Senf
	Pfeffer
100 g	gegrillter Putenbrustaufschnitt
½ Bund	Radieschen
1 EL	leichte Salatcreme (20 g; 36 g Fett absolut)
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße 1 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal, 6 g F, 10 g EW, 2 g KH

Zubereitung

1. Eier pellen, halbieren und klein würfeln. Putenbrust klein würfeln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Radieschen putzen, waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden.

---

2. Joghurt, Salatcreme und Senf glatt rühren, salzen und pfeffern. Alle vorbereiteten Zutaten untermischen.