

Avocado-Ei-Salat

Ganz Einfach – Zubereitungszeit ca. 15min

Zutaten:

1 Avocado

4 Eier

250ml Joghurt

15g Parmesan, gerieben

Zitronensaft

Salz, Pfeffer

Prise Zucker

Ev. Knoblauch oder Zwiebel



Zubereitung:

- Eier hart kochen und würfelig schneiden
- Avocado schälen und entkernen, das Fruchtfleisch würfelig schneiden
- Eier und Avocado vermengen und mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken
- Die Masse mit Joghurt und Parmesan vermengen
- Wer möchte gibt etwas kleingeschnittenen Knoblauch oder Zwiebelwürfel dazu

TIPP:

Schmeckt sehr gut mit Vollkornbrot!

Eventuell mit Kresse, Schnittlauch, Lauch oder selbst gezogenen Sprossen dekorieren!

VIEL SPASS BEIM NACHKOCHEN!