



Schnittlauchsoße

Zutaten

- 5 Eier
- Schnittlauch
- ½ Becher Joghurt (1,5%)
- 1 Becher saure Sahne
- 2 EL Rapsöl
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer

Zubereitung

Eier hart kochen. Schnittlauch waschen, in kleine Ringe schneiden und in eine Schüssel geben. Joghurt, saure Sahne und Öl zu dem Schnittlauch geben und verrühren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Gekochten Eier klein schneiden und zu den restlichen Zutaten geben.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten.

Pro Portion ca. 200kcal, Kh: 5g, F: 22g, E: 9g

P.S. Ein Video zur Zubereitung finden Sie unter

https://www.youtube.com/channel/UCg9vvoFojBHMMyhdx_2_c42Q

Für weitere praktische Ernährungstipps abonnieren Sie unseren YouTube-Kanal!