

Schneller Eiersalat

Super schneller Eiersalat mit Schnittlauch

Schneller Eiersalat ist im Moment meine absolute Lieblingsbeilage zur Brotzeit. Eiersalat auf frischem Brot ist einfach so lecker, dass ich das zur Zeit jeden Tag essen könnte. Zudem bin ich ja ein Freund der schnellen und einfachen Küche und da passt so ein flinker Salat mit Ei und Schnittlauch super rein. Mit der Mayonnaise hadere ich aufgrund der Kalorien immer ein wenig mit mir und ich bin auch geschmacklich überhaupt kein Mayonnaisen-Fan, aber irgendwie schmeckt mir der Eiersalat damit am besten.

Wenn ihr auf die Mayonnaise verzichten möchtet, kann ich anstelle dessen Crème fraîche oder Crème légère empfehlen, das spart ein paar Kalorien und ist vom Geschmack her auch noch ganz gut. Zudem bringt das Ganze auch nochmal etwas frische in den Eiersalat. Die Eier schnippel ich übrigens nicht mehr mit dem Messer. Ich geben sie im Ganzen in eine Schüssel und zerdrücke sie dann einfach mit dem Kartoffelstampfer. Das geht so fix und ist einfach mega praktisch. Natürlich könnt ihr eure Eier auch einfach kleinschneiden oder mit einer Gabel zerdrücken, geht alles.

Einfacher Eiersalat – Eine tolle Beilage zur Brotzeit

Für den Eiersalat zuerst die Eier anpieksen und für gute 10 Minuten hartkochen. Dann die abgekühlten Eier von der Schale befreien und in eine Schüssel geben. Mit einem Kartoffelstampfer bis zur gewünschten Konsistenz zerdrücken.

Den Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. Zusammen mit der Mayonnaise und dem Senf zu den Eier geben und alles gut miteinander verrühren. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und für etwa 20 Minuten durchziehen lassen.

Anstelle des Schnittlauchs könnt ihr auch gut fein geschnittene Lauchzwiebeln oder Lauch nehmen. Bei und sind Lauchzwiebeln leider nicht so gut zu bekommen, weshalb ich oftmals Lauch nehme, wenn ich keinen Schnittlauch da habe. Wenn dieser sehr fein geschnitten oder gehackt ist, schmeckt das auch total gut. Für etwas Abwechslung könnt ihr euren Eiersalat auch mit etwas krossem Speck oder Bacon verfeinern, das bringt ordentlich Geschmack und Würze in den Salat und ist zwischendurch einfach mal was anderes.

Hier findet ihr weitere Salat Rezepte zum Ausprobieren & Nachmachen



Glasnudelsalat



Nudelsalat mit Hähnchen



Roasted Potatoe Salad



Burrata Salat



Spicy Egg Salad



Russischer Salat Olivier



Korean Fried Chicken



Kartoffelsalat mit Mayonnaise & Ei



Salat Rezepte

Das Salat Kochbuch mit 125
leckeren Salat Rezepten - Inkl.
Salat Dressing, Vinaigrette,
Salat "To Go" & Bowls

*Als eBook & Taschenbuch
erhältlich!*

[mehr Infos zum Buch](#)