

Eier-Frühlingsalat

Zutaten für 2 Portionen

4 Hände voll Vogerlsalat
3 hartgekochte Eier
1 Stange Frühlingszwiebel
4 getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
5 braune Champignons
2 EL Kürbiskerne
1 TL Estragonsenf
2 EL Kürbiskernöl
Salz

Zubereitung

Vogerlsalat waschen und am besten mit einer Salatschleuder gut trockenschleudern. Eier schälen, halbieren und jede Hälfte nochmals in drei Spalten schneiden. Jungzwiebel waschen und in Ringe schneiden.

Die Tomaten aus der Ölmarinade heben, mit Küchenpapier abtupfen und in Streifen schneiden. Champignons waschen, das Ende der Stiele abschneiden und die Champignons in Scheiben schneiden.



Senf, Kürbiskernöl und Salz gut verrühren. Kürbiskerne in der trockenen Pfanne kurz rösten bis sie duften, dann grob hacken. Wer bereits geröstete verwendet, kann diesen Schritt überspringen.

Ein paar Ei-Spalten und die Kürbiskerne als Deko zur Seite legen. Alle anderen Zutaten in eine Schüssel geben, mit dem Dressing gut vermengen und auf zwei Tellern verteilen. Je zwei Ei-Spalten drauflegen und mit den gehackten Kürbiskernen bestreuen. Dazu passt Roggenbrot.