

Rezept: Paprika-Nester mit Eiersalat (für 4 Portionen)

Zutaten

125 g Hüttenkäse (körniger Frischkäse)
2 Eier
1 TL Senf
Salz und Pfeffer
25 g Schnittlauch
2 bunte Snack-Paprika oder Spitzpaprika
rote und grüne Kresse



vegetarisch

Zubereitung

1. Eier etwa neun Minuten hart kochen.
2. Hüttenkäse und Senf mischen. Es sollte eine cremige Konsistenz entstehen.
3. Die Eier abkühlen lassen, pellen, in kleine Stücke schneiden und hinzugeben.
4. Mit Salz, Pfeffer und Schnittlauch abschmecken.
5. Im Kühlschrank etwas durchziehen lassen und noch einmal abschmecken.
6. Die Paprika halbieren, mit dem Eiersalat füllen und mit etwas Kresse bestreuen.

Weitere Praxistipps, Rezepte und Infos zum FreizeitFit4Kids-Programm findet ihr unter www.freizeitfit4kids.de

Wir freuen uns über Feedback und weitere Ideen von Euch. Gerne erstellen wir weitere Praxistipps gemeinsam mit Euch für unsere Website. Bei Interesse oder rücfragen, schreibt uns an kontakt@freizeitfit4kids.de