

Eiersalade met kip



 Bereiden in: Schaal

 Voorbereiding: 15 min.

 Bereiding: 5 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 6 eieren
- 150 g gerookte of gebraden kipfilet, in kleine blokjes
- 3 eetlepels mayonaise
- 1 eetlepel yoghurt of crème fraîche (voor een frisse touch)
- 1 kleine rode ui, zeer fijn gesnipperd
- 2 eetlepels verse bieslook, fijngeknipt
- 1 theelepel mosterd
- 1 theelepel citroensap
- Peper en zout naar smaak

Voedingswaarde

- Calorieën: ± 285 kcal
- Eiwitten: ± 18 g
- Vetten: ± 22 g
- Koolhydraten: ± 3 g

Wist u dit

Wilt u de salade nóg lichter maken? Vervang een deel van de mayonaise door extra yoghurt of magere kwark - dat scheelt flink in calorieën, maar blijft heerlijk fris van smaak.

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

A photograph of a rustic meal. In the foreground, a light-colored ceramic bowl is filled with a chicken egg salad. The salad contains chunks of hard-boiled eggs, pieces of cooked chicken, and finely chopped green herbs. To the left of the bowl, two slices of rustic, crusty bread are stacked on a wooden cutting board. The bread is topped with a dollop of the egg salad. In the background, a wooden table is visible with a glass bottle of yellow oil and some fresh green herbs. The overall scene is warm and inviting, with natural light coming from a window in the background.

Eiersalade met kip

Bereiding

- 1 Eieren koken: Kook de eieren in ongeveer 8–9 minuten hard. Laat ze schrikken onder koud water en pel ze.
- 2 Snijden: Snijd de eieren grof of prak ze met een vork, afhankelijk van hoe grof u de salade wilt.
- 3 Mengen: Doe de eieren in een kom en voeg de mayonaise, yoghurt (of crème fraîche), mosterd en citroensap toe.
- 4 Vulling toevoegen: Meng de kipfilet (gerookt of smaakvol gebakken), rode ui en bieslook erdoorheen.
- 5 Op smaak brengen: Breng op smaak met peper en zout. Proef even en voeg eventueel nog wat extra mosterd of citroen toe voor frisheid.
- 6 Even laten staan: Laat de eiersalade het liefst nog 30 minuten in de koelkast staan zodat de smaken goed samenkomen.

Serveren

Heerlijk op een knapperig broodje, een toastje of als onderdeel van een rijkgevulde paasbrunch. Ook lekker met een paar plakjes komkommer of wat sla voor extra frisheid.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten