



# Marlies Billich®

Speiseplan Vertrieb

- heimische Produkte
- jahreszeitlich aktuell
- preisberechnet
- zeitsparend

Feuerbachstr. 29  
D-79588 Efringen-  
Kirchen (Egringen)

Tel. +49 (0) 7628 2271  
Fax +49 (0) 7628 798

Info@speiseplan.de  
www.speiseplan.de

Zutaten	Zubereitung	Zeitbedarf: 30 min
<p><b><u>Bunter Salatteller mit Sprossen oder Sonnenblumenkernen, hartgekochtem Ei und Vollkornbrötchen</u></b></p> <p>4 hartgekochte Eier 40g Sprossen 200g Cocktailtomaten 1 Blattsalat geputzt 1Tl Basilikum, Petersilie, Estragon</p> <p><u>Für die Sauce:</u></p> <p>1-2 EL Obstessig 2 EL saure Sahne 1 Knoblauchzehe 1 Zwiebel geschnitten 1 EL kaltgepresstes Öl Jodsalz Pfeffer frisch gemahlen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• alle Zutaten für die Sauce vermischen</li> <li>• danach den gewaschenen Blattsalat und die Kräuter untermischen</li> <li>• Salat auf 4 Tellern anrichten</li> <li>• Sprossen oder geröstete Sonnenblumenkerne auf den Salat streuen</li> <li>• Cocktailtomaten waschen, halbieren</li> <li>• Eier schälen und achteln</li> <li>• Salat mit Eiern und Tomaten garnieren</li> </ul>	