

Gemüse-Salat mit Schinkenstreifen

Zutaten (für 4 Personen):

- 300 g gekochter Schinken
- 1 gelbe Paprika
- 1 rote Paprika
- 75 g TK- Erbsen
- 0,5 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 6 Gewürzgurken
- 1 EL Gurkenwasser
- 1 EL Senf
- 6 EL (4,8 % Fett) Mayonnaise
- Salz
- Pfeffer
- etwas Essig

Paprika waschen und putzen. Schinken, Paprika und Gewürzgurken würfeln. Frühlingszwiebeln und Knoblauch fein hacken. Alles mit den Erbsen, der Mayonnaise, dem Gurkenwasser und dem Senf mischen. Mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Essig abschmecken.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 29.01.2024

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen