

Lecker



ZUBEREITUNG

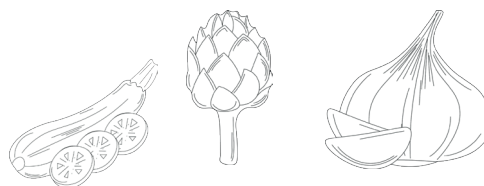
In einem mittelgroßen Topf Wasser zum Kochen bringen und salzen. Eier abwaschen. Bohnenenden abschneiden. Cherrytomaten sowie Oliven halbieren, samt Joghurt und Apfelessig in eine mittelgroße Schüssel geben und mit Salz sowie Pfeffer würzig abschmecken.

Die Pfanne mit 2 EL Olivenöl auf mittlere bis hohe Temperatur erhitzen und die Lachsfilets 8 Minuten darin rundherum goldbraun anbraten. Eier und Bohnen in das kochende Wasser geben, 6 Minuten garen, danach durch einen Seiher abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Die Eier pellen und vierteln. Bohnen in die Schüssel geben. Den Lachs nach Garende grob auseinanderzupfen und ebenfalls in die Schüssel geben. Nun alles locker einmal vermengen, auf Tellern anrichten und die Eierviertel darauf verteilen. Ein paar Tropfen Olivenöl über den Salat träufeln und servieren.

ZUTATEN

für 2 Portionen

- 2 Lachsfilets à 180 g
- 2 Eier
- 200 g grüne Bohnen
- 150 g Cherrytomaten
- 10 schwarze Oliven
- 50 g Joghurt
- 2 EL + 1 EL Olivenöl
- 1 EL Apfelessig
- Salz
- schwarzer Pfeffer



UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, mittelgroße Schüssel, mittelgroße Pfanne, mittelgroßer Topf, Seiher