

Gevulde eieren



25 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie 182 Kcal

Koolhydraten 3.5 g

Eiwitten 13.5 g

Vet 12.5 g

Vezels 0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 2 hard gekookte eieren, gepeld
- 1 el bieslook, gehakt
- ½ kleine ui, gesnipperd
- 1 tl kerriepoeder
- ½ el magere kwark
- Peper
- ½ el mayonaise
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Halveer de eieren en verwijder voorzichtig het eigeel. Meng het eigeel met de overige ingrediënten. Doe het mengsel in een stevig boterhamzakje of spuitzak. Knip een punt van het boterhamzakje af en spuit het mengsel in de eierhelften.