3 Fish

Gefüllte Eier mit Thunfischsalat

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 6 personen

Zubereitungsart

1. Die Eier hart kochen, pellen und dann halbieren. Die Mayonnaise mit dem griechischen Joghurt vermengen. Das Eigelb aus den Eiern nehmen und mit Mayonnaise, griechischem Joghurt und Zwiebel unter den Thunfisch drücken. Pfeffer und Salz hinzufügen. Die Mischung in einen Spritzbeutel füllen und auf jede Eihälfte eine Haube spritzen. Mit einer Essiggurke auf dem Ei abschließen.

Zutaten

- [ ] 6 Eier
- [ ] 100 g Thunfisch aus der Dose auf Wasserbasis
- [ ] 1 EL Zwiebel, fein gewürfelt
- [ ] 1 EL Mayonnaise
- [ ] 2 EL griechischer Joghurt 10% Fett
- [ ] 12 saure Gurken
- [ ] Salz
- [ ] Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	**105 kcal**
Kohlenhydrate	**2 g**
Fett	**5 g**
Eiweiß	**11 g**