



1A+1B

Fisch

## Salat mit geräuchertem Lachs, Ei und Avocado



Zubereitungszeit  
20 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Den Salat auf einem Teller anrichten und Lachs, Ei, Avocado, Tomaten und rote Zwiebel darüber verteilen. Mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

### Zutaten

- ☐ 1 gekochtes Ei in Stücken
- ☐ 2-3 Scheiben geräucherter Lachs
- ☐ 50 g gemischter Salat
- ☐ 5 Kirschtomaten, halbiert
- ☐ ½ kleine Avocado in Stücken
- ☐ ¼ rote Zwiebel in Ringen
- ☐ Frisch gemahlener Pfeffer

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 295 kcal |
| Kohlenhydrate | 5 g      |
| Fett          | 20 g     |
| Eiweiß        | 19 g     |