3 Fish

Gevulde eieren met tonijnsalade

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 6 personen

Bereidingswijze

1. Eieren hard koken, pellen en vervolgens halveren. Meng de mayonaise met de Griekse yoghurt. Haal het eigeel uit de eieren en prak dit met de mayonaise, Griekse yoghurt en ui door de tonijn. Voeg peper en zout toe. Stop het mengsel in een spuitzak en spuit op elk half ei een toefje. Werk af met een augurkje op het eitje.

Ingrediënten

- [ ] 6 eieren
- [ ] 100 g tonijn, in blik op water
- [ ] 1 el ui, fijngesnipperd
- [ ] 1 el mayonaise
- [ ] 2 el Griekse yoghurt 10% vet
- [ ] 12 zure augurkjes
- [ ] Zout
- [ ] Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	**105 kcal**
Koolhydraten	**2 g**
Vet	**5 g**
Eiwit	**11 g**