**Gezonde eiersalade**

Ingrediënten:

* 4 eieren
* 1 tl mosterd
* 2 el magere kwark
* 1 klein sjalotje
* Snufje paprikapoeder
* Snufje kerriepoeder
* 1 el bieslook
* Peper en zout

Zo maak je het:

1. Kook de eieren hard in ongeveer 8-10 minuten. Laat de eieren schrikken met koud water en pel de eieren vervolgens.
2. Snijd de afgekoelde eieren in kleine stukjes.
3. Snipper het sjalotje zo fijn mogelijk en doe in een kommetje.
4. Voeg vervolgens de kwark en mosterd erbij. Breng op smaak met een snuf paprikapoeder, een snuf kerriepoeder en peper en zout en meng goed.
5. Voeg hierbij de stukjes ei en meng nogmaals goed door.
6. Hak de bieslook fijn en voeg dit erbij.

*Tip: Lekker voor op brood of voor bij de borrel op een toastje.*

*Aantal portie: 4*

*Voedingswaarde per portie:*

*Kcal: 85*

*Vetten: 4,5*

*Eiwitten: 7,7*

*Koolhydraten: 2,5*

*Vezels: 0,9*