

Ei(frei)Salat



Ei(frei)Salat

1,5 Tassen weiße gekochte **Bohnen** mit der Gabel zerdrücken

1,5 Tassen gekochte **Nudeln** (hell) klein schneiden

1 kleine **Zwiebel**,

3 **Essiggurkerl** und

1 TL **Kapern** klein schneiden

2 EL **Senf**

1 Schuss **Essig** (aus dem Gurkenglas)

1/2 Tasse **vegane Mayo** (gekauft oder Cashew-Mayo Grundrezept 1 Tasse Cashews mit Pflanzenmilch auffüllen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Senf im Hochleistungsmixer zerkleinern)

1/4 TL **Kurkuma** (macht die Farbe)

1/2 TL **Kala Namak** (Spezialsalz, macht den „Ei-Geschmack“)

Pfeffer

Salz oder Gemüsesuppenpulver miteinander vermischen, mit Kräutern wie Schnittlauch verfeinern und genießen.

Share this: