



Asperges met hardgekookte eieren en garnalen

Ingrediënten voor 4 à 6 personen:

- 350 g garnalen (gepeld)
- 1500 g asperges
- 4 eieren
- 1 bussel peterselie
- 2 el magere of halfvolle yoghurt
- peper
- zout (optioneel)
- volkorenbrood

Bereidingswijze:

1. Schil de asperges en snijd de harde onderkant af. Kook ze 10-15 minuten beetgaar;
2. Kook de eieren hard in 8 - 10 minuten;
3. Pel de eieren als ze voldoende afgekoeld zijn en prak ze met een vork. Schep er wat yoghurt onder om het smeug te maken;
4. Meng de gepelde garnalen en de fijngesnipperde peterselie eronder. Breng op smaak met peper (en zout);
5. Leg de asperges op een bord en werk af met het ei-garnalenmengsel.
6. Serveer met volkorenbrood.