

Eier-Salat mit Honig-Bacon und Cashew-Kernen

Für 2 Personen:

5 Bio-Eier (M)	100 g Bacon	1 Rosmarinzweig
40 g Cashewkerne	1 EL flüssiger Honig	40 g fettarme Mayonnaise
2 EL Naturjoghurt (3,5%)	2 EL Obstessig	1 TL feiner Senf
Meersalz	Pfeffer	

Eier 7-8 Minuten hart kochen, dann in kaltem Wasser abschrecken und pellen. Inzwischen die Speckscheiben halbieren und in einer beschichteten Pfanne etwa 5 Minuten von beiden Seiten anrösten und knusprig braten. Währenddessen Rosmarinnadeln abstreifen und fein hacken. Cashewkerne zum Bacon geben und kurz mitrostern. Dann Honig darübertraufeln, Rosmarin zugeben und kurz karamellisieren. Die Pfanne vom Herd nehmen.

Mayonnaise, Joghurt, Essig und Senf glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Eier grob hacken und unterheben. Den Eiersalat auf zwei Schalen verteilen und den Honig-bacon mit Cashewkernen darübergeben.

Christian Henze am 12. Mai 2023