

# Spargel-Eiersalat mit Schinken – einfaches Rezept mit Mayo

---



## Zutaten ( 3 Personen)

- 250 g weißer Spargel (frisch oder aus dem Glas)
- 4 Eier
- 3 EL Mayonnaise
- 2 EL Joghurt (oder saure Sahne für extra Cremigkeit)
- 1 TL Senf
- 1 TL Zitronensaft
- Salz & Pfeffer
- optional: 1 TL Zucker (für die perfekte Balance)
- optional: Schnittlauch oder Petersilie
- optional: gekochter Schinken (gewürfelt oder in Streifen)

## Zubereitung

- 
- Eier ca. 9–10 Minuten hart kochen, abschrecken, schälen und würfeln
- Spargel vorbereiten:
- frisch → schälen, schneiden, 8–10 Minuten kochen
- aus dem Glas → gut abtropfen lassen
- Mayo, Joghurt, Senf, Zitronensaft, Salz & Pfeffer glatt rühren
- Spargel, Eier und optional Schinken unter das Dressing heben
- Nach Geschmack mit Zucker abschmecken
- Mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen