



Macédoine Aux œufs durs

ingrédients

- grand Œuf, jaune, cru, frais
- g Carottes crues
- g Navets, crus
- kilogramme Pommes de terre crues, peau
- brins Ciboulette
- g MAGGI Poulet 24(60x10g) CI
- g MAGGI Tablette 24(60x10g) CI
- 1/2 1/2 à thé Poivron rouge
- 1/2 1/2 à thé Ail cru
- à soupe Persil
- à soupe Jus de citron, cru

préparation

1. Cuire tous les légumes et égoutter.
2. Faire la sauce vinaigrette en mélangeant la purée d'ail + le persil + le poivron. Ajouter l'huile, le jus de citron, le Maggi poulet, le Maggi tablette, 2 jaunes d'œufs durs, les tiges de ciboulette en dés, l'oignon en dés. Bien mélanger afin d'obtenir une sauce homogène.
3. Découper le reste des œufs pour les incorporer aux légumes et mélanger l'ensemble. Servir avec du pain bien croustillant.

Nutrition

Les glucides	36,53 g
Énergie	236,27 kcal
Les graisses	6,64 g
Fibre	8,25 g
Protéine	9,71 g
Graisses saturées	2,32 g
Sodium	887,83 mg
Les sucres	887,83 mg

35 Minutes

6