

## Ei mit Kerbelcreme auf Toast

### Zutaten für 2 Portionen:

50 g Doppelrahm-Frischkäse

1 TL Senf

3 EL Milch

10 g Kerbel

1 TL Limettensaft

Salz, Pfeffer

4 Scheiben Vollkorntoast

2 hart gekochte Eier

Frischkäse, Senf und Milch gut miteinander verrühren. Kerbel waschen, zupfen und einige Blättchen zum Garnieren zur Seite legen. Rest fein hacken. Gehackten Kerbel in die Käsemasse einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Toastbrote goldbraun toasten und mit der Kerbelcreme bestreichen. Eier pellen und in Scheiben schneiden. Eierscheiben auf die Toastbrote verteilen und mit dem Kerbel garnieren.

### Leseprobe aus:



### KÖSTLICH ESSEN OHNE FRUCTOSE

Thilo Schleip, Isabella Kedzierski

Trias Verlag

ISBN: 978-3830433262

160 Seiten, 17,95 EUR



---

Die Rezeptvorschläge sind geeignet zur Verwendung bei intestinaler Fructose-Intoleranz (Fructose-Malabsorption), da sie wenig oder keine Fructose enthalten. Sie sind nicht geeignet bei der extrem seltenen hereditären Fructose-Intoleranz. Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Trias Verlags, MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG. Jede Verwertung außerhalb des Urheberrechts ist verboten. Keine Haftung.

**Mehr Informationen unter: <http://www.laktonova.de>**

### Gefunden unter:

[http://www.laktonova.de/deutsch/info\\_service/rezepte/ei\\_mit\\_kerbelcreme\\_auf\\_toast\\_bei\\_fructoseintoleranz.html](http://www.laktonova.de/deutsch/info_service/rezepte/ei_mit_kerbelcreme_auf_toast_bei_fructoseintoleranz.html)