



Okroschka

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Salz	
Eier	4 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Salatgurken	1 St.
Radieschen	1 Bund
Schnittlauch, frisch	5 g
Dill, frisch	5 g
Kefir nach russischer Art	800 ml
Senf	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf mit Deckel, mittlerer Topf mit Deckel

1. In einem Topf Kartoffeln mit Salzwasser bedeckt aufkochen. Auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 20 Min. garen. Anschließend Kartoffeln abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden.
2. In einem weiteren Topf etwa 1 l Wasser aufkochen und Eier darin ca. 7 Min. hart kochen. Anschließend mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und halbieren.
3. Inzwischen Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Salatgurke waschen und in Würfel schneiden. Radieschen waschen, Blätter und Wurzel entfernen und in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch und Dill waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein schneiden.
4. In einer Schüssel Kefir und Senf verrühren, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Masse auf Teller verteilen, Kartoffeln, Radieschen, Gurke und Frühlingszwiebeln auf die Teller verteilen. Mit Dill, Schnittlauch und jeweils zwei Eihälften garnieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	316 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	12 g