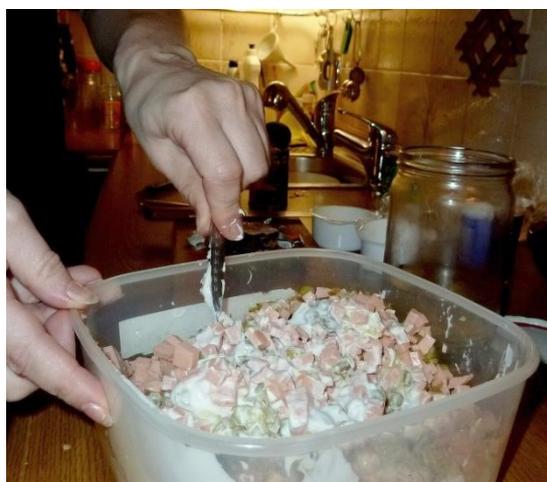


# „Pariser“ Salat



## Zutaten:

300g Diätsalat (bzw. magere Wurst)  
2-3 St. süßsaure sterilisierte Gurken  
1 Weißjoghurt  
1 Majonäse  
½ kleine Zwiebel  
3 Löffel sterilisierte Erbsen  
½ Teelöffel Senf  
Worcester  
Pfeffer  
Salz

## Zubereitung:

Wurst und Gurken reiben oder in kleine Nudeln schneiden. Zwiebel fein hacken. Erbsen zugeben und die Mischung mit Senf, Joghurt und Majonäse vermischen.  
Nach Bedarf mit Salz, Worcester, Pfeffer abschmecken.  
Mit Gebäck servieren.