

## Ένας εύκολος τρόπος αξιοποίησης των πασχαλινών αυγών

/ [Γενικά Θέματα](#)



Στην αποστολή που αναθέσαμε αυτή την εβδομάδα, καλέσαμε τους πολίτες να κάνουν πράξη φέτος το Πάσχατο σύνθημα «Δεν πετάμε τίποτα». Βασικός τρόπος να επιτευχθεί αυτό είναι να αγοράσουμε και να μαγειρέψουμε ό,τι ακριβώς χρειαζόμαστε, χωρίς υπερβολές. Όμως είναι γεγονός πως κάθε Πάσχα υπάρχει μια πολύ συνηθισμένη πράξη σπατάλης: Το τσούγκρισμα των αυγών.

Δεκάδες αυγά σπάνε για να τηρηθεί το έθιμο και μετά είτε καταλήγουν στον κάδο, είτε μπαίνουν στο ψυγείο και ξεχνιούνται εκεί μέχρι να πεταχτούν.

Αν και φέτος πιστεύετε ότι δεν θα αποφύγετε την υπερβολή στο τσούγκρισμα των αυγών και φοβάστε ότι αρκετά από αυτά θα πάνε χαμένα, σας έχουμε τη λύση για να μην πετάξετε τίποτα!

Ο καταξιωμένος σεφ, Αλέξανδρος Παπανδρέου, ετοίμασε και μοιράστηκε μαζί μας μια εύκολη και ιδιαίτερα γευστική συνταγή για αξιοποίηση των πασχαλινών αυγών που θα περισσέψουν. Ο χρόνος ετοιμασίας είναι ελάχιστος και το αποτέλεσμα θα σας ενθουσιάσει.

Ελάτε. Δείτε πιο κάτω τη συνταγή και πραγματοποιήστε την. Μπορούμε να περιορίσουμε στο ελάχιστο την ποσότητα φαγητού που θα πεταχθεί αυτό το Πάσχα. Είναι προς όφελος της κοινωνίας, του περιβάλλοντος, της τσέπης μας.

Ευχαριστούμε Αλέξανδρε!



## **Εύκολη αυγοςαλάτα με πασχαλινά αυγά**

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: -

Για 4 άτομα

Υλικά

12 αυγά πασχαλινά καθαρισμένα

3 κουταλιές κάπαρη ψιλοκομμένη

4 κουταλιές αγγουράκι τουρσί ψιλοκομμένη

1 μικρό κρεμμύδι ψιλοκομμένο

2 κουταλιές ελιές ροδέλα

1½ κουταλιά μουστάρδα με ρίγανη και θυμάρι

4 κουταλιές μαγιονέζα

2 κουταλιές μαϊντανό ψιλοκομμένο

Φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

Σε ένα ξύλο κοπής με ένα κοφτερό μαχαίρι κόβετε τα αυγά στην μέση και μετά σε 3 κομμάτια το κάθε μισό του αυγού.

Τα τοποθετείτε σε ένα μπολ.

Στο ίδιο ξύλο κοπής ψιλοκόβετε την κάπαρη, το αγγουράκι τουρσί, το κρεμμύδι και τον μαϊντανό πολύ ψιλοκομμένα και τα τοποθετείτε και αυτά στο μπολ.

Προσθέτετε την μουστάρδα με ρίγανη και θυμάρι, την μαγιονέζα, τις ελιές ροδέλα και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και ανακατεύετε καλά και προσεχτικά με δύο κουτάλια.

Το ανακάτεμα πρέπει να είναι πολύ απαλό.

Σερβίρετε σε μικρά πορσελάνινα μπολάκια στο κέντρο του τραπέζιού.

\* Photo © Flickr/J.D Hancock

\*\* Ο Αλέξανδρος Παπανδρέου βρέθηκε κοντά μας στο Φεστιβάλ κατά της σπατάλης τροφίμων που διοργάνωσε το 2014 η «Καλύτερη Ζωή» του WWF Ελλάς και το ΜΠΟΡΟΥΜΕ.

**Πηγή:** [kalyterizoi.gr](http://kalyterizoi.gr)