



Rezepte > Mittagessen

Afternoon-Sandwiches mit Thunfisch

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Thunfisch im eigenen Saft	170 g
Kapern	1 TL
Mayonnaise	40 g
saure Sahne	60 g
Meersalz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Salatgurken	1 St.
Kressebeet	1 St.
Toastbrot	8 Scheiben
Butter	40 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel

1. Thunfisch abtropfen lassen und mit einer Gabel zerpfücken. Kapern in einem Sieb etwas abtropfen lassen und fein hacken. In einer Schüssel Thunfisch, Kapern, Mayonnaise und saure Sahne verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Gurke schälen und quer in dünne Scheiben schneiden. Kresse im Topf waschen, trocken schütteln und abzapfen. Toastbrotscheiben entrinden. Mit Butter bestreichen. Vier Toastbrotscheiben mit Gurke und Kresse belegen, leicht salzen und mit einer Toastbrotscheibe abdecken. Übrige Toastbrotscheiben mit Thunfischcreme bestreichen.
3. Toastbrotscheiben in Dreiecke schneiden, dafür das Toastbrot diagonal halbieren. Abwechselnd Gurke und Thunfisch übereinanderstapeln.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	598 kcal
Kohlenhydrate	71 g
Eiweiß	26 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	24 g