



TONNATO-PUTELLO-KNÄCKEBROT

Während des #SocialDistancing geben gemeinsame Mahlzeiten dem Tag Struktur. Vielleicht ist jetzt auch ein guter Moment, etwas Neues auszuprobieren? Unser Rezept-Tipp des Tages bringt so einiges zusammen, was schmeckt und guttut. Knappe halbe Stunde, dann ist das Essen fertig. Wir wünschen guten Appetit!

ZUTATEN

- 4 EL griechischer Joghurt (oder Mayonnaise oder saure Sahne)
- 4 Kapern, fein gehackt
- Abrieb von 1/2 Zitrone
- 2 EL Olivenöl
- 8 Blätter Basilikum, fein geschnitten
- 4 Scheiben Puten- oder Geflügelbraten, in feine Streifen
- 8 Scheiben Knäckebrot
- 1 Handvoll Rucola, gewaschen
- 1 kleine Dose Thunfisch
- 1 EL getrocknete Tomaten, grob gehackt
- Etwas Honig, Salz und Pfeffer aus der Mühle zum Abschmecken

ZUBEREITUNG

Joghurt mit Kapern, Zitronenabrieb, Olivenöl und Basilikum gut verrühren. Anschließend mit etwas Honig, Pfeffer und Salz abschmecken. Den Braten dazugeben und vorsichtig verrühren. Vier Käckebrotsscheiben ausbreiten und den Rucola darauf verteilen. Den Thunfisch aus der Dose ausdrücken und ebenfalls auf dem Knäckebrot verteilen. Danach den Joghurt darüber geben, die Tomaten darüber streuen und mit den anderen vier Knäckebrotsscheiben deckeln.

