



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 | |
| 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 abzupfen. Toastbrotsscheiben entrinden. Mit Butter bestreichen. Vier Toastbrotsscheiben mit Gurke und Kresse belegen, leicht salzen und mit einer Toastbrotsscheibe abdecken. Übrige Toastbrotsscheiben mit Thunfischcreme bestreichen.
3. Toastbrotsscheiben 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 |