

## Rezept

# Tramezzini mit Thunfisch

Ein Rezept von Tramezzini mit Thunfisch, am 25.04.2024

## Zutaten

|   |  |
|---|--|
| <b>150 g</b> Thunfischfilets im eigenen Saft (aus Dose oder Glas) | <b>1 Zweig</b> Basilikum (oder Petersilie) |
| <b>1 TL</b> Zitronensaft  | <b>2 EL</b> Magerquark                     |
| Pfeffer aus der Mühle   | Salz                                       |
| <b>1 Stück</b> Salatgurke (ca. 40 g)                              | <b>1</b> kleine Tomate                     |
| <b>4 Scheiben</b> Vollkorn-Sandwichbrot                           | <b>2</b> kleine Salatblätter               |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

## Zubereitung

1. Den Thunfisch abtropfen lassen und fein zerpfeifen. Das Basilikum trocken abreiben. Die Blätter vom Stiel zupfen und in Streifen schneiden.
2. Den Thunfisch mit Quark, Zitronensaft und dem Basilikum vermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Tomate und das Gurkenstück waschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Salatblätter waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke zupfen.
4. Die Brotscheiben nach Bedarf entrinden. Die Hälfte der Scheiben mit den Salatblättern belegen, darauf die Gurkenscheiben verteilen. Mit Thunfischmasse bestreichen und mit Tomatenscheiben belegen. Salzen und pfeffern.
5. Die restlichen Brotscheiben obenauf legen, leicht andrücken und die Tramezzini jeweils behutsam diagonal halbieren. Die Thunfisch-Tramezzini möglichst frisch servieren.