

Rezept

Brotsalat mit Thunfisch

Ein Rezept von Brotsalat mit Thunfisch, am 29.09.2023

Zutaten

150 g altbackenes toskanisches Weißbrot (1-3 Tage alt)	1 rote Zwiebel je 1/2 rote und gelbe Paprikaschote
300 g Tomaten	1 Stück Salatgurke (ca. 200 g)
3 EL Weinessig Pfeffer	Salz 6-8 EL Olivenöl
1 Dose Thunfisch (im eigenen Saft oder in Olivenöl, Abtropfgewicht 150 g)	2 EL kleine Kapern 10 Stängel Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Das Brot in Würfel schneiden. Falls es erst 1 Tag alt ist, Würfel in einer trockenen Pfanne bei mittlerer Hitze unter Rühren leicht anrösten. Älteres Brot muss nicht geröstet werden.
2. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Paprikaschoten, Tomaten und Gurke waschen, putzen und in Würfel schneiden. Essig mit Salz, Pfeffer und Olivenöl verrühren. Das Brot mit dem Gemüse und der Sauce mischen und etwa 1 Std. ziehen lassen.
3. Dann den Thunfisch abtropfen lassen und in Stücke zerpflücken. Kapern abtropfen lassen. Basilikumblättchen abzupfen, eventuell mit Küchenpapier abreiben. Basilikum in feine Streifen schneiden und mit Tunfisch und Kapern unter den Salat mischen. Abschmecken und servieren.