

## Rezept

# Nizza-Baguette mit Thunfisch

Ein Rezept von Nizza-Baguette mit Thunfisch, am 11.12.2024

## Zutaten

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 Ei  | 1/3 TL Dijon-Senf                   |
| 1 TL Weißweinessig  | 1 EL Olivenöl                       |
| Salz  | Pfeffer                             |
| 1 kleine Dose Thunfisch im eigenen Saft (ca. 50 g Abtropfgewicht) | 1 große Tomate                      |
| 4 Stängel Petersilie  | 3 grüne mit Paprika gefüllte Oliven |
| 2 Kopfsalatblätter  | 1/2 kleine rote Zwiebel             |
|   | 1 Baguettebrötchen                  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal

## Zubereitung

1. Das Ei in kochendem Wasser in 10 Min. hart kochen, kalt abschrecken und abkühlen lassen.

---

2. Inzwischen Senf, Essig und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Thunfisch abgießen und mit einer Gabel grob zerpfücken. Die Tomate waschen und in kleine Würfel schneiden, dabei den Stielansatz entfernen. Die Oliven in Ringe schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Alles mit dem Dressing mischen und 5 Min. ziehen lassen.

---

3. Inzwischen die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Salat waschen und gut trocken tupfen. Das Ei pellen und in Scheiben schneiden. Das Brötchen aufschneiden. Die untere Hälfte mit Salatblättern belegen, darauf die Thunfisch-Tomaten-Mischung geben und mit Zwiebelringen belegen. Darüber die Eischeiben schichten, salzen und pfeffern, dann die obere Brötchenhälfte daraufsetzen.