

Rezept

Thunfisch-Dip mit Frischkäse

Ein Rezept von Thunfisch-Dip mit Frischkäse, am 28.06.2026

Zutaten

1 Tomate	1/2 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	10 Blatt Basilikum
2 TL Kapern (aus dem Glas)	1 Dose naturell eingelegter Tunfisch (185 g)
150 g Frischkäse	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Die Tomate kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser kurz überbrühen, häuten, entkernen und fein würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Basilikumblätter waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Die Kapern hacken. Den Tunfisch abtropfen lassen.

2. Den Tunfisch mit einer Gabel zerdrücken und mit dem Frischkäse verrühren. Zwiebel, Kapern, Knoblauch, Basilikum und Tomate unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.