

Tanja Schindl

Professional

## Thunfischsalat

Hauptspeise

Fischgerichte

Herbst

Salate

Schnelle Küche

Sommer

ZUBEREITUNG 

SCHWIERIGKEIT: ● ● ○ ○ ○

Den Rucola in die Schüssel geben, dann die gewaschene Gurke in Streifen schneiden. Paprika und Tomaten schneiden und das ganze mit Salz, Pfeffer, Essig und Öl marinieren.

Auf Tellern anrichten, mit dem Thunfisch und den Parmesan Streifen belegen und frisches Weißbrot dazu reichen.



ZUTATEN 

150 g Rucola Salat

1 Gurke

1 Dose Thunfisch in Öl

200g Cocktailltomaten

2 Paprika rot und gelb

200 g Frischkäse in Würfeln

Salz und Pfeffer

Balsamicoessig

Olivenöl

Parmesan