

ÜBERBACKENES THUNFISCH-BAGUETTE

Rezept von www.daskochbuch.eu



Zutaten für 2 Portionen:

- 2 kurze Vollkornbaguette zum Fertigbacken
- 1 Dose Thunfisch
- 1 Zwiebel
- 1/2 EL gehackte Petersilie
- 1 gelber Paprika
- 1 EL schwarze Oliven
- 5-6 Cocktailtomaten
- 1 EL Sauerrahm
- Salz
- Pfeffer
- geriebener Parmesan
- Olivenöl

Zubereitung:

Backrohr auf 200° Ober- / Unterhitze vorheizen.

Baguettes längs aufschneiden. Thunfisch abtropfen lassen und mit der Gabel zerpfücken. Zwiebeln schälen, fein schneiden, gemeinsam mit der Petersilie in etwas Olivenöl glasig rösten, danach abkühlen lassen.

Paprika und Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden, Oliven vierteln. Thunfisch, Paprika, Oliven, Tomaten und Zwiebel miteinander vermengen, Sauerrahm unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Thunfischmasse auf den Baguettehälften verteilen und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr 10-15 Minuten überbacken.