

# Thunfisch-Laibchen

Es muss nicht immer Faschiertes sein, auch Thunfisch-Laibchen kommen bei Jung und Alt gut an. Das Rezept hierfür ist auch für Kochanfänger kein Problem.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 25 min

**Koch/Backzeit:** 10 min

**Ruhezeit:** 60 min

**Gesamtzeit:** 1,6 h



Foto: F\_A

## Zutaten

200 g	<a href="#">Thunfisch</a>
2 TL	<a href="#">Senf</a>
150 g	<a href="#">Weißbrot</a>
1 TL	Zitronenschalen
1 EL	Zitronensaft
1 EL	Wasser
2 EL	Petersilie
2 EL	Schnittlauch
1 Prise	<a href="#">Salz</a>
1 Prise	<a href="#">Pfeffer</a>
1 Spritzer	Tabasco
1 Stk.	<a href="#">Ei</a>
3 EL	Olivenöl
0.5 TL	<a href="#">Butter</a>

## Zubereitung

1. Für Thunfisch-Laibchen das Weißbrot in kleine Stücke reißen. Petersilie und Schnittlauch (alternativ: Schalotten oder Frühlingszwiebeln) waschen, trocken tupfen und fein hacken.
2. Den Thunfisch abtropfen lassen und mit einem Drittel des Olivenöls, dem Wasser, Senf, Weißbrot, Zitronenschale und -saft, Petersilie und Schnittlauch verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco würzen.
3. Dann das Ei untermengen und aus der Thunfischmasse kleine Laibchen formen. Diese im Kühlschrank ca. 30-60 Minuten ruhen lassen, so fallen sie während des Bratens nicht so schnell auseinander.
4. Anschließend das restliche Olivenöl mit der Butter in einer Pfanne erhitzen und die Thunfisch-Laibchen bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3-5 Minuten braten. Herausnehmen, bei Bedarf etwas mit Küchenpapier abtupfen und servieren.

## **Tipp**

Diese Thunfisch-Laibchen schmecken besonders gut zu Kartoffelgerichten oder in einem Sandwich als Fischburger.