

Thunfischsalat

Der Thunfischsalat mit Tomaten und Eier ist eine einfache, aber gesunde und köstliche Rezept-Idee.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

200 g Blattsalat Mix
1 Dose Thunfisch (in Öl, ca. 100 g)
2 Stk. Eier (hartgekocht)
3 Stk. Tomaten
1 EL Zitronensaft
2 EL natives Olivenöl extra
1 Stk. Zwiebel
Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den **Thunfischsalat** den Salat waschen und trocken schleudern. Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Den Strunk von den Tomaten entfernen und vierteln. Die hartgekochten Eier ebenfalls vierteln. Alle Zutaten und zerpfückten Thunfisch in eine Schüssel geben.
2. Das Olivenöl mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer zu einem Dressing vermenge und über den Salat gießen. Nochmals abschmecken und auf Teller anrichten.

Tipp

Einige Oliven aus dem Glas zum Thunfischsalat geben.