



THUNFISCHAUFSTRICH

15 Minuten, Einfach



Zutaten:

200g Thunfisch, 2 Eier, 80g Mayonnaise (fettarm), Salz, Pfeffer

1. Eier sieben Minuten kochen.
2. Eier, Thunfisch und Mayonnaise mit Stabmixer fein pürieren bis eine Creme entstanden ist.
3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mindestens eine Stunde kühlen.

Tipp: Dieser Aufstrich eignet sich gut zum Befüllen von Tramezzinibrotten – zusammen mit Eisbergsalat und Zwiebeln.

4 Portionen - Pro Portion: ca. 242 kcal