

Fischrezepte

Thunfisch Mit Artischockencreme

Anzahl: 2 Personen

Gattung: Gemüse, Brotaufstrich, Saucen, Thunfisch

4	getrocknete Tomaten	2	(-3) Stängel Petersilie
1	Essl. Balsamicoessig	2	(-3) Schnittlauchhalme
125 g	Artischockenherzen (aus dem	2	Essl. Mayonnaise
	- Glas)	1	Essl. Crème fraîche
60 g	Thunfisch in Olivenöl (aus	1	geh. TL Zitronensaft
	- der Dose)		Salz, Pfeffer

Die getrockneten Tomaten mit dem Essig in kochendem Salzwasser 20 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen, danach abgießen, abkühlen lassen und fein würfeln.

Inzwischen die Artischockenherzen abtropfen lassen und fein würfeln.

Thunfisch ebenfalls abtropfen lassen und mit einer Gabel mundgerecht zerpfücken.

Petersilie von den Stängeln zupfen und die Blättchen zusammen mit dem Schnittlauch fein hacken.

Mayonnaise mit Creme fraiche und Zitronensaft glatt rühren.

Tomaten und Artischockenwürfel sowie Thunfisch und Kräuter unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen.