



Warmes Thunfisch-Käse-Sandwich

mit Kapern und eingelegtem Gemüse



ca. 25min



2 Personen

Das Leben ist zu kurz für fade Sandwiches! Alles andere als Langweile kommt auf deinen Teller, wenn du deinen Toast mit einem schmackigen Mix aus Thunfisch, Kapern und duftendem Thai-Basilikum belegst. Eine opulente Menge an Cheddarkäse darf zum Überbacken natürlich nicht fehlen. Außerdem wissen Sandwichspezialisten, dass die schmelzende Füllung noch besser mit pikant-sauer eingelegtem Gemüse zur Geltung kommt. Bingo!

- 1 Karotte
- 1 gelbe Karotte
- 1 Bund Radieschen
- 1 grüne Peperoni
- 1 Lauchzwiebel
- 10g Thai-Basilikum
- 1 Päckchen Fenchelsamen
- 1 Dose Thunfisch in Öl ^{4,6}
- 1 Packung Kapern
- 1 Becher Tomaten-Oliven-Pesto
- 1 Packung veganes Toastbrot ¹
- 75g geriebener Cheddar ⁷

- 2EL Mayonnaise ³
- 100ml Essig
- Salz
- Zucker

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Eier (3), Fisch (4), Sojabohnen (6), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 780kcal, Fett 44.0g,
Kohlenhydrate 56.6g, Eiweiß 32.7g



A top-down view of a glass bowl containing a salad. The salad consists of a base of pink salmon, green beans, and green peas. A hard-boiled egg is placed on top of the salad. The bowl is set against a grey background.

Den **Thunfisch** abgießen, dann mit den **Kapern**, dem **Thai-Basilikum**, der **1/2 des Pestos** und 2EL Mayonnaise vermengen.



A close-up photograph of a baking sheet. On the left side, two slices of bread are topped with a mixture of melted cheese and shredded meat. To the right of these, there are two plain slices of bread. The baking sheet is placed on a dark surface.

2 Toastbrotsscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit dem **Thunfischsalat** bestreichen und die **1/2 des Käses oder mehr nach Geschmack** darauf verteilen. **2 weitere Toastbrotsscheiben** daneben platzieren und das **Toastbrot** ca. 4Min. im Ofen backen, bis der **Käse** geschmolzen ist.



Das **eingelegte Gemüse** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Dann **1-2 EL eingelegetes Gemüse** auf den **belegten Toastbrotsc**heiben verteilen, mit den **anderen Toastbrotsc**heiben abdecken, nach Wunsch ggf. quer oder diagonal halbieren und mit dem **übrigen eingelegeten Gemüse** servieren.