



Schneller Rosa Thon / Mayo Zwipf / Aperitif / Starter

Kreation Food-Buddy's



Zutaten für 4 Personen

- **200g Rosa Thon (aus nachhaltigem Fischfang)**
- **200g in Öl eingelegte Tomaten**
- **1 kleine Schalotte, fein gehackt**
- **4-5 EL Oliven Öl**
- **2 EL Apfelessig**
- **Salz und Pfeffer zum abschmecken**
- **4 Scheiben Pumpernickelbrot**
- **Petersilie zur Deko**

Food-Buddy's Mayonnaise

- **2 Eigelb (unbedingt ganz frische nehmen)**
- **2 EL grobkörniger Bio Senf**
- **1TL Zitronensaft**
- **1 EL Sojasauce**
- **1dl Rapsöl**
- **Salz und Pfeffer zum abschmecken**

Leicht gemacht -> Zeitaufwand ca. 15 Minuten

Die eingelegten Tomaten und die Schalotte fein hacken und in eine Schüssel geben. Rosa Thon beigeben und alles gut zerkleinern und mischen. Olivenöl und den Apfelessig daruntermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zugedeckt kühl stellen.

Für die Food-Buddy's Mayonnaise

Die 2 Eigelb und den Senf mit einem Schwingbesen gut verrühren. Das Rapsöl ganz langsam unter ständigem Umrühren dazugeben bis eine konsistente Masse entsteht. Den Zitronensaft und die Sojasauce daruntermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mayo und die Rosa Thon Mischung vermischen. Auf Pumpernickelbrot schön anrichten und mit Petersilie dekorieren. Passt Mega als Starter / Aperitif zu einem Menü, oder eben als Zwipf (Zwischenverpflegung) mit einem feinen Asti oder Süssgetränk. Viel Spass beim Nachkochen und en Guetä.

Food-Buddy's