



# THUNFISCH- TOMATINI

## Zutaten:

Zutaten für 4 Portionen: 4 Scheiben Lieken Urkorn Fit & Vital Dinkel-Vollkorn, 1 Dose Thunfisch im eigenen Saft (= 185 g), 100 g Crème fraîche, 1 TL mittelscharfer Senf, Salz, bunter Pfeffer, grob geschrotet, 1 große rote Zwiebel, 2 frische Tomaten, einige Blätter Radicchio-Salat

## Zubereitung:

Thunfisch abtropfen lassen, mit Crème fraîche und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Salat waschen. Lieken Urkorn Fit & Vital Dinkel-Vollkorn mit der Thunfischcreme bestreichen, mit Radicchio, Tomatenscheiben und Zwiebelringen belegen und mit buntem Pfeffer bestreuen.

Tipp: Verfeinern Sie den Thunfischaufstrich nach Wunsch mit Kapern.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

