1A+1B

Toast mit Thunfisch und Gurke

Zubereitungszeit
10 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Brotscheiben unter dem Grill goldbraun toasten. Die Scheiben dann mit der Mayonnaise bestreichen und mit Gurke und Thunfisch belegen. Mit etwas Pfeffer und etwas Salz würzen. Mit frischem Dill garnieren.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle wit brood
- [ ] 40-50 g Thunfisch aus der Dose (Wasserbasis)
- [ ] ½ Gurke in Streifen
- [ ] ½ EL Mayonnaise
- [ ] Einige Zweige frischer Dill, fein gehackt
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**320 kcal**
Kohlenhydrate	**7 g**
Fett	**14 g**
Eiweiß	**26 g**