



KNUSPRIGE TOASTSTICKS MIT THONSAUCE

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.
Nährwert: Portion (1/4): kcal: 406
F: 30 / KH: 20 / EW: 14

FÜR 4 PERSONEN

1 Dose	Thon im Salzwasser
200 g	Crème fraîche
1 EL	Kapern
0,25 TL	Salz
0,25 TL	Edelsüss-Paprika
wenig	Pfeffer

6 Scheiben Toastbrot

3 EL	Olivenöl
2 Prisen	Salz

UND SO WIRDS GEMACHT

1. Sauce: Thon abtropfen, zerzupfen, mit der Crème fraîche verrühren. Kapern grob hacken, beigegeben, würzen.

2. Toast: Vom Toastbrot die Rinde entfernen und Brot in Stängel schneiden.

3. Anbraten: Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Brotstängel in 2 Portionen rundum ca. 2 Min. knusprig braten, würzen.

Tipp: Fein geschnittenen Schnittlauch unter die Sauce mischen.

Einkaufsliste

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops.



In Zusammenarbeit mit

Betty Bossi