DINNERLY

Tonijnsandwich met olijven-eicrème

met frisse komkommer-rucola-salade

ca. 20min 2 personen

Vandaag zet je in een handomdraai een heerlijk vers broodje tonijn op tafel. Malse tonijn en aromatische basilicum zijn de sterren van dit gerecht, en de hartige crème met olijven en hardgekookte eieren tillen het naar het hoogste niveau. Je serveert het broodje met een knapperige frisse salade van komkommer en rucola. Eenvoudig en oh-zo-smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 biologische eieren [1]
- 1 zakje zwarte olijven
- 10g verse basilicum
- 1 komkommer
- 100g rucola
- 2 burgerbroodjes [3]
- 1 blikje tonijn in pekel [2]

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 2el mayonaise [1]
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

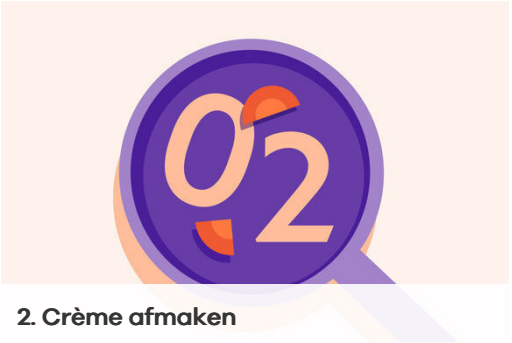
Eieren (1), Vis (2), Gluten (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 524kcal, vet 30.0g, koolhydraten 38.4g, eiwit 26.4g

1. Crème voorbereiden

Breng in een kleine kookpan voldoende water voor de **eieren** aan de kook. Snij de **helft van de olijven** fijn (of meer naar smaak). Pel 1 teen knoflook en snij of pers heel fijn. Meng de **olijven** en knoflook met 2el mayonaise en 1tl water.



2. Crème afmaken

Leg de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ze op middelhoog vuur in ca. 9min hard. Giet de **eieren** af, laat schrikken onder de koude kraan en pel ze. Snij de **eieren** grof en meng met de **olijvenmayonaise**. Proef en breng op smaak met peper en zout.

3. Salade bereiden

Snij **⅓ van de basilicum incl. steeltjes** fijn. Snij de **komkommer** in de lengte in vieren en dan in stukken van 2cm. Leg een **handvol rucola** opzij. Meng de **rest van de rucola** met de **gesneden basilicum**, de **komkommer**, 1el olijfolie, 1el azijn en een flinke snuf peper en zout. Proef voor het serveren nog eens en breng evt. verder op smaak met peper en zout.

4. Ingrediënten voorbereiden

Verhit een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur. Snij de **broodjes** open en leg met het snijvlak naar onderen in de pan. Rooster de **broodjes** 2-3min en neem ze dan uit de pan. Pluk de rest van de **basilicum** van de steeltjes. Giet de **tonijn** af en prak grof met een vork.

5. Afmaken en serveren

Smeer alle **snijvlakken** van de **broodjes** in met de **olijven-ei-crème**. Beleg de **onderste helften** met wat **rucola** en **tonijn**, bedruppel met 1tl azijn en verdeel de **basilicumblaadjes** erover. Bedek met de **bovenste helften** en serveer met de komkommer-rucola-salade.

6. Frisse citrus

Azijn en citroensap zijn misschien niet hetzelfde, maar wat hun eigenschappen betreft lijken ze ontzettend op elkaar. Dus als je een beetje citrussmaak aan je salade en/of broodje wilt toevoegen - houden wij je niet tegen! Vervang de azijn gewoon door citroensap, wij worden er niet zuur van.