

Rezept

# Fisch-Antipasti

Ein Rezept von Fisch-Antipasti, am 01.07.2024

## Zutaten

- |  |   |
|--|---|
| <b>1 Dose</b> Ölsardinen (Fischeinwaage 80 g)                    | <b>2 EL</b> Zitronensaft                                  |
| <b>1 EL</b> Olivenöl   | <b>2 EL</b> TK-Petersilie                                 |
| Salz   | Pfeffer   |
| <b>4</b> Sardellenfilets in Öl (ca. 40 g)                        | <b>80 g</b> geröstete, rote Paprikaschoten (aus dem Glas) |
| <b>1</b> kleine Dose Thunfisch in Olivenöl (Abtropfgewicht 56 g) | <b>1</b> Frühlingszwiebel                                 |
| <b>1 EL</b> Mayonnaise   | <b>1 EL</b> Kapern  |
| ¼ Honigmelone (ca. 150 g)  | <b>1 TL</b> Dijonsenf                                     |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

## Zubereitung

1. Sardinen auf Küchenpapier abtropfen lassen und nebeneinander auf einer großen Platte oder einem großen Teller anrichten. 1 EL Zitronensaft mit 1 EL Olivenöl und der Petersilie mischen, salzen und pfeffern, Sardinenfilets mit der Vinaigrette beträufeln.
2. Sardellenfilets und die Paprikaschoten ebenfalls auf Küchenpapier abtropfen lassen. Paprika quer in 8 etwa gleich große Streifen schneiden. Auf der Platte je 1 Sardellenfilet zwischen 2 Paprikastreifen anrichten.
3. Thunfisch abtropfen lassen, ohne Öl in eine Schüssel geben. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Thunfisch mit einer Gabel grob zerkleinern, mit Zwiebelringen, 1 EL Zitronensaft, Kapern, Mayonnaise, Senf, Salz und Pfeffer mischen.
4. Melonenviertel schälen, entkernen und längs in feine Spalten schneiden. Melonenspalten und Thunfischsalat dekorativ auf der Platte anrichten.