

Reissalat mit Thunfisch



Zutaten für 4 Portionen:

- 150 g Reis (gekocht)
- 1 Thunfisch aus der Dose (im eigenen Saft)
- 1 Zwiebel (klein)
- 3 Tomaten (klein)
- ½ Paprika
- 3 Gewürzgurken
- Gewürzgurken-Sud
- 4 EL Miracel Whip (oder eine andere leichte Salatcreme / Mayonnaise)
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie

Arbeitszeit: ca. 15 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 20 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Koche den Reis, gieße ihn dann ab und lasse ihn abkühlen.
2. Schäle die Zwiebel. Schneide die Zwiebel, die Gewürzgurken, Tomaten und Paprika in sehr kleine Würfel.
3. Gieße den Thunfisch ab.
4. Verrühre die Mayonnaise mit etwas Wasser aus dem Gewürzgurken Glas und schmecke sie mit Salz und Pfeffer ab.

5. Gib den Reis, den Thunfisch, das kleingeschnittene Gemüse und die Salatsoße in eine Schüssel und verrühre alles vorsichtig.
6. Stelle den Thunfischsalat mit Reis zum Durchziehen in den Kühlschrank.
7. Serviere ihn mit frischer Petersilie.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

