



Broccoli Tonnati

Das Rezept ist für **4** Personen berechnet

Mise au place ca. **0.25** Minuten

Kochzeit ca. **0.12** Minuten

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)



Broccoli Tonnati

Menge	Einh.	Material	Verarbeitung
2	EL	Pinienkerne	Pinienkerne in der Bratpfanne rösten, und für Dekoration zur Seite stellen..
2	dl	GemüseBouillon	Gemüsebouillon in Pfanne erhizzen
1000	gr	Broccoli	Broccoli in Röschen geteilt in Pfanne geben und ca. 12 Minuten dünsten.
		Salz Pfeffer	mit Salz und Pfeffer würzen
			Sauce
200	gr	Thon in Oel aus der Dose	Thon abtropfen, mit
150	gr	Mayonaise	Mayonese und
2	Stk	Sardellenfilets	Sardellenfilets sowie
1	Stk	Knoblauch-Zehe	Knoblauch-Zehe grob geschnitten hinzu geben und gut mischen.
3	EL	Condimento bianco (Essig)	Essig darüber giessen und alles mit Mixer pürieren.
		Salz	mit Salz und
		Pfeffer	Pfeffer würzen
1	dl	Weisswein	mit Weisswein etwas verflüssigen
1	EL	Kapern	Kapern grob zerkleinern und in die Masse verteilen
			Mit etwas Sauce auf Teller einen Spiegel bereiten und Broccoli darauf verteilen.
			Restliche Sauce dazu servieren.
		Brot mit Kernen	Brot frisch oder getostet dazu geben.