

# einfach, lecker & preiswert

## Thunfisch-Mousse

Einfach zubereitet, für ca. 4-6 Personen

### Zutaten:

1 grosse und 1 kleine Dose Thunfisch (im Salzwasser)  
200 g Frischkäse (z.B. Philadelphia)  
Ca. 4 EL Naturjoghurtle  
2-3 EL Zitronensaft  
Ca. 20 schwarze Oliven (oder 1-2 EL Kapern)  
Salz, Pfeffer, Dill und evtl. Worcester-Sauce  
4 Gelatine-Blättle

### Zubereitung:

- Thunfisch abtropfen lassen und grob zerpfücken. Mit Frischkäse, Joghurt, Zitronensaft und Oliven pürieren.
- Mit Salz, Pfeffer, Dill und 1-2 EL Worcester-Sauce würzen.
- Gelatine-Blätter gemäss Anleitung auflösen und unter die Thonmasse ziehen. Danach 3-4 Std. im Kühlschrank kühl stellen.

### Tipp:

Mit rohem Gemüse (z.B. Rübli, Zughetti, Kohlräbli, Endivien-Blätter, Cherry-Tomaten) und evtl. Crissini oder Brot servieren.



Ami Gerber, Muri bei Bern

