



Rezept

Harissa Süsskartoffeltürmchen mit Thunfisch

Nr. 7 Fisch

für 4 Personen / Zubereitung: Zeit: ca 30 min

Zutaten:

4 grosse Süsskartoffel
3 Karotten
2 Dosen Thunfisch
2 Sour Cream oder Crème fraiche
Harissa Spiced Gewürz Nr. 7
Khoisan Seaweed Gewürz
Balsamico Honey& Rooibos



Zubereitung:

- Die Karotten schälen und in lange dünne Streifen schneiden.
- Süsskartoffeln in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, Harissa spiced Gewürz mischen mit Olivenöl, damit die Süsskartoffeln marinieren.
- 15 min im Ofen bei 180° backen.
- Inzwischen Tunfisch zerdrücken, mischen mit Crème fraiche. Leicht würzen mit Seaweed und frischem Zitronenthymian.
- Anrichten.
-

En Guetä!

Enjoy it!