

Focaccia mit Thunfisch, Oliven-Tapenade und Rucola

Für zwei Personen

Für das Focaccia:

4 Cocktailtomaten	5 Oliven, grün, schwarz	1 Ei
150 g Quark	80 ml Milch	300 g Mehl
$\frac{1}{2}$ Pck. Backpulver	2 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
85 ml Olivenöl	2 TL Salz	Meersalz

Für den Thunfisch:

1 Glas Thunfisch	100 g Frischkäse	1 kleine Gurke
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	2 Cocktailtomaten	2 Lauchzwiebeln
-----------------------------	-------------------	-----------------

Für das Dressing:

$\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft	2 EL mittelscharfer Senf	3 TL Honig
2 EL dunkler Balsamico	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Oliventapenade:

40 g grüne Oliven	40 g Kalamata-Oliven	6 Kapern
$\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft	1 kleine Knoblauchzehe	3 Zweige Petersilie
1,5 EL Olivenöl		

Für den frittierten Rucola:	50 g Rucola	100 ml neutrales Öl
------------------------------------	-------------	---------------------

Für das Focaccia: Den Backofen vorheizen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze.

Mehl, Ei, Backpulver, Milch und Öl sowie das Salz in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. Sollte der Teig zu klebrig sein, noch etwas Mehl hinzufügen. Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech zu einem ovalen, flachen Brot formen. Mit den Fingern einige Löcher in den Teig drücken. Tomaten waschen und halbieren. Teig mit Tomaten, Kräuterzweigen und Oliven belegen. Mit groben Salz bestreuen. Focaccia für 30 Minuten goldbraun backen.

Für den Thunfisch: Thunfisch abtropfen lassen und mit einer Gabel zerkleinern. Frischkäse auf der aufgeschnittenen Focaccia verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Thunfisch darauf verteilen. Gurke waschen, schälen, in feine Scheiben schneiden und dann auf den Thunfisch legen.

Für den Salat: Gemüse waschen und Lauchzwiebeln putzen. Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden.

Cocktailtomaten vierteln und Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden.

Für das Dressing: Öl und Senf verrühren, Honig, Salz und Pfeffer hinzufügen und ebenfalls vermengen. Zitronenhälfte auspressen. Dressing mit Balsamico und Zitronensaft abschmecken.

Für die Oliventapenade: Petersilie waschen und trockenwedeln. Oliven, Petersilie, Kapern und Knoblauch in einem Multizerkleinerer mixen. Zitronenhälfte auspressen.

Olivenöl und Zitronensaft untermengen und alles gut verrühren.

Für den frittierten Rucola: Rucola in der Fritteuse oder hohen Pfanne knusprig ausbacken und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Christin Hillner am 31. Januar 2023