

Pan bagnat au thon



10 min 1 pers.

Ingédients

- 1 boîte de thon au naturel
- 1 pain rond
- 1 gousse d'ail
- Huile d'olive
- ½ tomate
- ½ concombre
- 1 petit oignon rouge
- Jus de citron
- Salade
- Sel

Réalisée avec



Préparation

- Coupez un pain rond en deux.
- Frottez l'intérieur avec une gousse d'ail puis arrosez d'un filet d'huile d'olive.
- Garnissez avec quelques rondelles de tomates, de concombre et d'oignon rouge.
- Ajoutez quelques feuilles de salade, des olives noires et, selon vos envies, quelques anchois.
- Égouttez une boîte de thon au naturel Les Mouettes d'Arvor et répartissez-le généreusement.
- Salez, poivrez et ajoutez un filet de vinaigre ou de jus de citron.
- Refermez le sandwich et laissez-le reposer 15 à 30 minutes avant de déguster.