



Klassieke tonijnsalade met maïs

Snelle en romige tonijnsalade met zoete maïs, hardgekookt ei en augurk. Heerlijk op vers brood of als vulling voor een frisse lunchwrap.

VOORBEREIDING

15'

PORTIES

4

CATEGORIE

Salade

Ingrediënten

300 gr tonijn uit blik (op water)

150 gr maïs uit blik

3 hardgekookte eieren

2 augurken

2 lente-uitjes

3 eetlepels mayonaise

1 eetlepel volle yoghurt

1 koffielepel mosterd

1 eetlepel citroensap

1 bosje bieslook
zout en peper naar smaak

Bereidingswijze

1. Laat de tonijn goed uitlekken in een vergiet. Doe de tonijn in een ruime mengkom en prak lichtjes los met een vork.
2. Spoel de maïs af onder koud water en laat goed uitlekken.
3. Pel de hardgekookte eieren en snijd ze in kleine stukjes.
4. Snijd de augurken in kleine blokjes. Snipper de lente-uitjes fijn.
5. Meng in een apart kommetje de mayonaise, yoghurt, mosterd en citroensap tot een gladde dressing.
6. Voeg de maïs, ei, augurk en lente-ui toe aan de tonijn. Schep de dressing erover en meng alles voorzichtig door elkaar.
7. Breng op smaak met zout en peper.
8. Knip de bieslook fijn en strooi over de salade. Serveer op vers brood of in een slablad.

Tip

Laat de tonijnsalade minstens 30 minuten afgedekt rusten in de koelkast voor het serveren. Zo trekken de smaken beter in elkaar.

Lekker met

Lekker op een snede volkorenbrood, in een wrap of geserveerd in een slablaadje als lichte lunch.

Dranktip

Een frisse glas ijsthee met citroen of een lichte witte wijn zoals een Pinot Grigio past prima bij deze lichte salade.