

Thunfisch-Kuchen mit grünen Oliven



6 personnes

20 Min vorbereitung

60 Min cuisson

Les Ingrédients

2 Dosen à 139 g Thunfisch in Natürlich la belle-iloise

3 Eier

150 g Weizenmehl

1 Päckchen Backpulver

100 g Crème fraîche

100 g entkernte grüne Oliven

2 Zwiebeln

1 Esslöffel Olivenöl

1 Teelöffel Salz

2 Prisen frisch gemahlener Pfeffer (oder 5-Körner-Pfeffer)

3 Prisen Kräuter der Provence

Nach Belieben: **30 g** Parmesan, gehackte Petersilie und **ein paar Prisen** Vier-Gewürze-Mischung, Curry oder Couscous-Gewürz.

Les étapes

- 1- Den Backofen auf 160 °C vorheizen
- 2- Die in feine Streifen geschnittenen Zwiebeln in Olivenöl glasig dünsten
- 3- In einer Rührschüssel die Eier mit Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer verrühren, bis keine Klümpchen mehr vorhanden sind
- 4- Die Sahne hinzufügen und gut verrühren
- 5- Den zerbröckelten Thunfisch, die Kräuter und die in Scheiben geschnittenen Oliven hinzufügen
- 6- Eine Kastenform einfetten (Butter + Mehl) und die Masse hineingießen
- 7- Im vorgeheizten Backofen 50 Minuten bis 1 Stunde backen. Den Gargrad prüfen, indem man mit der Spitze eines Messers hineinsticht; diese muss trocken und heiß herauskommen
- 8- Abkühlen lassen und anschließend abgedeckt im Kühlschrank aufbewahren