

Februar-Rezept
Fisch/Meeresfrüchte



In 45 Minuten
auf dem Tisch



1568 kJ
375 kcal p. P.

Apéro-Häppchen mit Lachs und Forelle



FI-1/W 06-09/09

 Mix
SQ5-COC-21279
© 1996 FSC

coop

Für mich und dich.

Zutaten für 4 Personen

1 ausgewallter Focacciateig
(375 g)

1 EL Olivenöl

1 TL grobkörniges Meersalz

80g Rauchlachs

1 geräuchertes Forellenfilet
(ca. 60g)

1 kleine Zwiebel

50g getrocknete Tomaten in Öl

je ½ Bund Estragon und Kerbel

1 Dose Brotaufstrich mit
Peperoni (50g)

1 Dose Brotaufstrich mit
Randen-Meerrettich (50g)



1
Teig mit dem Backpapier auf ein Backblech ziehen, mit Öl bestreichen und mit Salz bestreuen. Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auskühlen.



2
Teig halbieren, die Hälften in je 6 Kuchenstücke schneiden und diagonal durchschneiden. Lachs und Forelle in kleine Stücke zupfen, Zwiebel in Ringe schneiden. Tomaten abtropfen, in Streifen schneiden, Kräuter grob hacken.



3
½ Teigböden mit Randen-Meerrettich-Aufstrich bestreichen, mit Lachs, Zwiebeln und ½ Kräutern belegen. Restliche Böden mit Peperoni-Aufstrich bestreichen, mit Forelle, Tomaten und restlichen Kräutern belegen. Deckel aufsetzen.

EINKAUFSZETTEL



Buitoni Focacciateig, 375 g



Coop Brötli-Lachs,
geschnitten, 140 g



**Coop Naturaplan
Bio-Brottaufstrich
Peperoni und Randen-
Meerrettich**, je 50 g



**Saclà getrocknete
Tomaten**, in Öl
eingelegt, 280 g



**Coop
Forellenfilets**,
geräuchert,
120 g



**Martini VINO
Spumante, brut**

Unser Weintipp

Herkunft:
Italien

Traubensorte:
Prosecco, Pinot Blanc

Charakter:
angenehmes Blüten-
duftbouquet mit
feinen Hefenoten, im
Gaumen erfrischend
mit schöner Perlage,
mild und weich,
ohne süß zu wirken,
ausgewogener
Schaumwein

Coop verkauft keinen
Alkohol an Jugend-
liche unter 18 Jahren.

Was Sie ausserdem benötigen: ■ Olivenöl ■ grobkörniges Meersalz
■ Zwiebel ■ Estragon ■ Kerbel

Bei den abgebildeten Packungen handelt es sich um Produktvorschläge. Sollte ein Produkt davon nicht erhältlich sein, finden Sie in Ihrem Coop eine passende Alternative.



BUITONI FOCACCIA TEIG...

Neu gibt es von Buitoni einen Focacciateig. Dieser ist ebenfalls im Kühlregal neben den Buitoni Pizzateigen erhältlich. Die Focaccia ist traditionell ein wichtiger Teil der italienischen Küche und hat sich im Laufe der Zeit zu einer beliebten

Zwischenmahlzeit entwickelt. Die Focaccia ist der historische Vorläufer der Pizza und ist ein italienisches Fladenbrot, welches als Apéro oder Zwischenmahlzeit eingenommen werden kann. Zudem wird dieser Teig ohne gehärtete Fette hergestellt.