Reiswaffeln mit Thunfisch Salat

Zutaten:

- 50gramm Reiswaffeln (1/2Packung)
- 250gramm Thunfisch
- 1 Peperoni
- 1/2 Gurke
- 3dl French Dressing

Zubereitung:

Peperoni und die Gurke in kleine feine Stücke schneiden. Das Öl von der Thunfisch Büchse ab leeren und alles in eine Schüssel geben.

French Dressing hinein geben und alles gut umrühren. Eine Frischhalte Folie über die Schüssel spannen und anschliessend das Ganze in den ca 1 Stunde im Kühlschrank kühlen lassen.

Die Reiswaffeln auf dem Teller bereit stellen und die Masse (sollte nicht zu flüssig sein, sondern eher ein bisschen fest) auf die Reiswaffeln verteilen.

Fitness & Dancing ©