



## Korsisches Sandwich mit Thon, Ei, Salat, Tomaten und...

Diese reichhaltigen Sandwiches gibt es bestimmt nicht nur in Korsika, ich kenne sie eben von Bastias Strassenständen, an denen man die frischen knusprigen Baguettes nach Belieben füllen lassen konnte, die Grundlage bestand zwar immer aus grünem Salat und Tomaten, den Rest konnte man aus einer grossen Auswahl an weiteren Zutaten selber zusammensetzen: Oliven, eingelegte Gemüse, Zwiebel, Eier, verschiedene Weich- und Hartkäse, Gewürzkräuter, Peperoncino, Trockenfleisch, Thon, Sardellen, kalter Braten usw. Zum Schluss wurde die Fülle mit einer einfachen, guten Salatsauce getränkt. Trotz der mitgegebenen Serviette war nach dem Verzehr als Erstes das Händewaschen angesagt. Dafür waren die grossen Sandwiches saftig und reichlich bemessen, gut für eine leckere Hauptmahlzeit.

### Zutaten (1 Sandwich)

- 1/2 Baguette, ca. 30cm lang
- 1 handvoll kleinblättriger grüner Salat (Salanova)
- 2 Datteltomaten
- 1/2 kleine rote Zwiebel
- 5-6 schwarze Oliven
- 1-2 eingelegte Artischockenherzen
- 60g Thon, abgetropft
- 1 Ei, hartgekocht
- Petersile, Basilikum frisch
- 1El Olivenöl
- 1El weisser Balsamico
- Salz und Pfeffer

### Zubereitung

Zuerst alle Zutaten bereitstellen:

Kräuter grob hacken. Ei, Tomaten und Zwiebel zu Scheiben schneiden. Oliven entsteinen und in kleine Stücke schneiden. Artischockenherz in kleine Stücke schneiden. Thon abtropfen lassen, mit einer Gabel zerzupfen und mit etwas Balsamico würzen. Salat rüsten. Olivenöl und Balsamico verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Baguette längs halbieren, aber nicht ganz durchschneiden, damit sie sich gut auf- und zuklappen lässt.

Zuerst Baguette mit grünem Salat belegen, Tomatenscheiben dicht darauflegen. Baguette zuklappen und leicht zusammendrücken und wieder aufklappen.

Mit dem Thon und einer Lage Zwiebelscheiben belegen. Baguette erneut zuklappen und leicht zusammendrücken.

Kräuter, Oliven und Artischocke darauf verteilen. Mit den Eierscheiben belegen. Baguette erneut zuklappen und leicht zusammendrücken.

Zum Schluss nochmals eine Lage Blattsalat darauf legen. Sandwich zuklappen, leicht zusammendrücken. Füllung von der offenen Seite her mit der Salatsauce beträufeln. Sandwich mit einer längs zusammengefalteten Serviette umwickeln, damit es beim Essen zusammenhält.







*gefülltes Sandwich mit Salatsauce beträufeln*