**Focacciasandwich met tonijnsalade**



Aantal personen:

4 personen

Energie:

640 kCal | 2680 kJ

**Bereiding**

Bak de focaccia in een voorverwarmde oven af volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de tomaat in vieren, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Snijd de helft van de courgette in kleine blokjes en de andere helft in dunne plakjes. Snijd de ui in dunne ringen. Giet de tonijn af en verdeel het visvlees in stukjes. Klop in een kom het citroensap met de olijfolie tot een dressing en schep de tonijn, tomaat en courgetteblokjes erdoor. Breng de salade op smaak met zout en peper. Pers de knoflook uit boven de yoghurt en voeg zout en peper naar smaak toe. Snijd de focaccia in twee stukken en snijd ze overlangs door. Bestrijk de snijvlakken royaal met de yoghurt en verdeel de plakjes courgette en driekwart van de rucola erover. Schep de tonijnsalade erop en verdeel hierover de uiringen en de rest van de rucola. Leg de bovenkanten van de focaccia er met de yoghurtkant naar beneden op.

**Ingrediënten**

* 1 blikje tonijn op olie (185 gram)
* 1 (voorgebakken) focaccia brood
* 1 tomaat
* ½ courgette
* 1 kleine rode ui
* ½ eetlepel citroensap
* 1-2 eetlepels olijfolie extra vierge
* ½ teen knoflook
* 75 gram Griekse yoghurt
* 40 gram fijne rucola
* zout en peper