



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

## PESTO SOSLU VE TON BALIKLI KANEPE

4 dilim çavdarlı tam tahıl ekmeği  
400 gram ton balığı konservesi  
1 yemek kaşığı süzme yoğurt  
1 yemek kaşığı mayonez  
1 çay kaşığı tuz, karabiber  
2 adet yumurta  
Yarım demet endiviyen  
Yarım demet dereotu, maydanoz  
2 diş sarımsak  
1 çay kaşığı tuz, karabiber  
2 yemek kaşığı tereyağı

Ton balığı, yoğurt, mayonez, tuz ve karabiberi mutfak robotunda püre haline gelinceye kadar karıştırın. Yumurtaları rafadan olacak şekilde pişirin. Pesto sos için ; Dereotu, maydanoz, rendelenmiş sarımsak ve sana yağın mutfak robotunda çekin. Tuz, karabiber ve kalan tereyağını ekleyip karıştırın. Ton balığı karışımını ekmeklerin üzerine paylaşın. Endiviyen yapraklarını yerleştirin. Haşlanmış yumurtaları ortadan ikiye kesip sandviçlerin üzerine ekleyin. Pesto sos gezdirip servis yapın.

