



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## TON BALIKLI SANDVIÇ

Bir ekmeğin yarısı  
100 gr ton balığı  
İsteğe göre biraz kıvırcık  
Tuz

Ekmeği içi açılacak şekilde kesin. 100 gr ton balığını ekmeğin içine koyun.Sonra kıvırcıklarıda ton balıklarıyla karıştırarak yada ton balığının üzerine koyarak,ekmeğin ağzını açılmaması için sıkın ve yiyin.

[ML® Ton Balıklı Kanepeler için tıklayın](#)