

Tonhalas tészta recept

Elkészítési idő: 20 perc

Hozzávalók 2 főre:

1 közepes fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
300 g sűrített paradicsom
240 g tonhal konzerv
100 g fekete olívbogyó
25 ml olívaolaj
2 db tojás
1 ek ketchup (vagy 1 kk cukor)
parmezán sajt (opcionális)
friss bazsalikom vagy petrezselyem
só, bors
oregánó

1. Főzz keményre 2 db tojást, majd pucold meg és vágd nagyobb darabokra.
2. Főzd ki a tésztát a csomagoláson feltüntetett idő alatt.
3. Ez idő alatt tölts kevés olajat egy serpenyőbe és pirítsd le az apróra vágott vöröshagymát.
4. Amikor a hagyma üvegesre pirult, add hozzá az apróra vágott fokhagymát, sűrített paradicsomot, oregánót, egy kevés ketchupot és ízesítsd sóval, borssal.
5. 2-3 percig forrald a mártás alapot.
6. Ezt követően keverd hozzá a kockára vágott főtt tojást, fekete olívbogyót és a leszűrt tonhal konzervet. Most adj hozzá apróra vágott zöldfűszert. Nagyon jól illik hozzá a friss bazsalikom, de a petrezselyem is jó választás.
7. Főzd készre az ételt újabb 2-3 perc alatt.
8. A megfőtt és lecsepegtetett tésztát szedd tányérra és merj a tetejére az elkészült szószból, majd ízlés szerint hintsd meg parmezán sajttal.