

Bandnudeln mit Thunfisch und Tomaten

by Andreas - Montag, April 21, 2014

<http://mundgericht.de/index.php/bandnudeln-mit-thunfisch-und-tomaten/>

Die beliebtesten Gerichte der Deutschen: Spaghetti Bolognese! Dicht gefolgt von Pizza. Wie man sieht, hat sich Italien bei uns verdiensterweise durchgesetzt. Die mediterrane Küche Italiens wurde daher gemeinsam mit der anderer Mittelmeerländer 2010 von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Darum hier wieder einmal Pasta. Auf das Erbe!

400 gr. Thunfisch (Glas oder Dose, im eigenen Saft)

2 mittelgroße Zucchini

6 Cherrytomaten

2 TL Kapern

1 EL Olivenöl

100 ml Sahne

Pfeffer

Salz

Geriebener Grana Padano oder Pecorino

Tagliatelle oder Pappardelle

Die Zucchini in dünne Scheiben oder Stifte schneiden und im Olivenöl anbraten. Dann den zerteilten, abgetropften Thunfisch, die halbierten Cherrytomaten, die Kapern und die Sahne dazugeben. 10 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen. Pfeffern und Salzen. Abschließend das Gemisch über die Nudeln geben und mit geriebenem Parmesan bestreuen.

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station