

Tonfisksås o pasta

sön, 06/02/2011 - 10:56 ☐ Gunilla Ödin

- [Veckans recept](#) [1]

Veckans mattips, v.1105

Den här veckan har varit fylld av positiva händelser och jag har känt mig allmänt förvirrad. Har därför knappt tänkt på mat... på både gott o ont. Men idag känner jag mig rejält sugen på denna rätt, därför vill jag dela med mig av en god tonfisksås som jag ska äta till middag. 😊

Tonfisksås o pasta

4 portioner (4,5 pp/port)

1 burk tonfisk i vatten, c:a 300 g
3 dl strimlad purjolök
1 burk krossade tomater med chili
½ tärning grönsaksbuljong
1 tsk olivolja
salt o svartpeppar
2 klyftor vitlök
1 litet lagerblad
1 tsk oregano
1,5 dl (~100 g) pastapenne

Koka pastan. Under tiden blandas purjolök, krossade tomater, buljongtärning, vitlök, olja och kryddor i en kastrull. Koka utan lock tills såsen tjocknar.

Vänd ned tonfisken i bitar och låt den bli varm. Servera såsen till pastan med en grönsallad till.

Smaklig spis!

Källa till webbadress: <http://xn--din-rna.se/blogg/tonfisks-s-o-pasta>

Länkar:

[1] <http://xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept>