

Pikantní tuňákový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Těstoviny 300 g
- Rajče 2 ks
- Drcený tuňák ve vlastní šťávě 1 ks
- Chilli omáčka 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Mletý safrán 1 špetka
- Česnek 3 stroužek
- Italské bylinky 1 ks
- Sekaná petrželka 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Těstoviny uvaříme ve vroucí osolené vodě s trochou oleje. Pak je přecedíme a zchladíme studenou vodou.

Zeleninu očistíme a nakrájíme. Česnek nasekáme. Do misky dáme tuňáka i s olejem nebo šťávou. Přidáme koření, bylinky, chilli omáčku a zeleninu. Přidáme těstoviny a promícháme.

Pikantní tuňákový salát dáme do lednice a vychladíme jej. Pak pikantní tuňákový salát podáváme jako hlavní chod nebo jako přílohu. Záleží na příležitosti.

