

Těstovinový salát s tuňákem a paprikou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Tuňák ve vlastní šťávě 250 g
- Žlutá paprika 1 ks
- Olivy s papričkou 10 ks
- Rajče 4 ks
- Olej 1 lžička
- Olivový olej 1 lžíce
- Těstoviny 150 g
- Zelená paprika 1 ks
- Kečup 2 lžíce
- Sladká paprika 1 lžíce
- Cukr krupice 1 lžička
- Majonéza 150 g
- Bílý jogurt 50 g
- Pepř 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Těstoviny si uvaříme v osolené vodě se lžičkou oleje, slijeme, propláchneme studenou vodou a okapané pokrájíme.

Promícháme si majonézu s kečupem, jogurtem, mletou paprikou, cukrem a podle chuti dresink osolíme a opepříme.

Maso z tuňáka pokrájíme a smícháme s olivovým olejem.

Papriky vybereme, očistíme od semínek a blanek a nakrájíme na nudličky, stejně jako rajčata. Smícháme s těstovinami, tuňákem a prolijeme připraveným dresinkem.

Dáme do chladu na chvíli odležet a podáváme.