

Těstovinový salát s tuňákem a kukuřicí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Plnotučná hořčice 1 lžička
- Majonéza 1 ks
- Tuňák ve vlastní šťávě 1 ks
- Cibule 1 ks
- Sterilovaná kukuřice 1 ks
- Těstoviny 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Těstoviny uvaříme podle návodu. Nejlépe se hodí mušličky.

Cibuli oloupeme a nakrájíme najemno.

Do uvařených těstovin přimícháme cibuli, tuňáka z konzervy a sterilovanou kukuřici nebo hrášek. Přidáme lžičku plnotučné hořčice a malý kelímek majonézy. Trochu opeříme a vše důkladně promícháme.

Podle chuti dosolíme a dáme alespoň na 1 hodinu vychladit.

Těstovinový salát podáváme s pečivem. V případě, že chceme recept odlehčit, dáváme do salátu místo majonézy bílý jogurt.