

Lehký těstovinový salát s tuňákem a cuketou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Špagety 300 g
- Cuketa 200 g
- Tuňák - ve vlastní šťávě 80 g
- Česnek 2 stroužek
- Olivový olej 1 ks
- Sůl a pepř 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Cuketky pokrájíme na plátky, které osmažíme na pánvi s olejem, ke konci přidáme plátky česneku, které necháme v oleji jen rozvonět, nesmažíme. Tuňáka necháme okapat, natrháme na menší kousky a vmícháme do špaget(nebo jiných těstovin) společně s osmaženými česnekovými cuketkami. Dochutíme solí, pepřem a podáváme buď vlažné nebo vychlazené.