

Těstovinový salát s tuňákem IX.

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Těstoviny 1 balení
- Tuňák - ve vlastní šťávě 1 plechovka
- Rajčata 4 ks
- Okurka nakládačka 1 ks
- Rostlinný olej 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Těstoviny uvaříme obvyklým způsobem, na chvíli necháme vychladit v lednici, poté dáme do misky, přidáme malou konzervu tuňáka ve vlastní šťávě, nakrájená rajčata, nakrájenou okurku, trochu olivového oleje a na závěr osolíme a opepříme dle chuti. Pozor, s pepřem a solí to moc nepřehánět. Toto je dietní recept.