

Cestoviny s tuniakovou omáčkou s paradajkami

Počet porcií: 5

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Špagety uvaríme v osolenej vode podľa návodu. Zatiaľ čo sa varí, pripravíme si omáčku. Paradajky umyjeme a zalejeme vriacou vodou. Necháme odstáť pár minút, potom scedíme, olúpeme šupku a nakrájame na malé kúsky. Na rozpálenom olivovom oleji orestujeme nadrobno nakrájaný cesnak (4 veľké strúčiky), pridáme paradajky a premiešame. Restujeme pár minút a potom pridáme lúpané paradajky z konzervy a tuniaka. Všetko necháme spolu prevariť, nakoniec osolíme, okoreníme a dochutíme oreganom. Podávame posypané parmezánom.

Ingrediencie

- **PROCEL®** - štandardné bezgluténové cestoviny 250 g - 500 g
- **Paradajky** - 250 g
- **Cesnak** - 4 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Parmezán** - 80 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Oregáno drvené** - 2 g
- **Krájané paradajky** - 200 g
- **Tuniak vo vlastnej šťave** 200 g - 200 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

