



## ZUTATEN

Pasta nach Wahl	500 gr
Passierte Tomaten	500 gr
Weißer Thunfisch in Olivenöl	250-500gr
Weißwein Trocken	250 ml
Gemüsezwiebel	1
Knoblauchzehe	3
Salz	
Pfeffer	

Wenn dir unsere Videos gefallen und du mit diesen ausführlichen Rezepten mehr Spaß beim Kochen hast, dann würden wir uns über ein Abo auf unserem YouTube Kanal sehr freuen!



/uhmami\_yt

Melvin & Dustin



## Thunfisch-Pasta / Pasta al Tonno



**AUFWAND**  
1/2 STUNDE



**MENGE**  
4 PORTIONEN



**SCHWIERIGKEIT**  
3/10

## REZEPT

### Schritt 1:

Zwiebel würfeln und Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Olivenöl auf kleinster Stufe vorheizen.

Knoblauch dem Öl hinzufügen und leicht anschwitzen. Nach etwa 5 Minuten Zwiebeln hinzugeben und ebenfalls leicht anschwitzen.

### Schritt 2:

Temperatur etwas erhöhen und den Thunfisch hinzugeben und langsam anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Nach ca. 5 Minuten mit Weißwein ablöschen.

Wein auskochen lassen und anschließend passierte Tomaten hinzufügen. Für etwa 20-30 Minuten köcheln lassen.

### Schritt 3:

Nudelwasser aufsetzen, gut salzen und zum kochen bringen. Pasta im Wasser kochen.

Neben bei eine kleine Pfanne auf mittlerer Hitze vorheizen.

Etwas Tonnosauce in die Pfanne geben. Pasta ca. 1-2 Minuten vor Packungsanweisung direkt aus dem Topf in die Pfanne geben sodass die Pasta in der Sauce fertig garen kann und eine schöne Konsistenz durch die Stärke entsteht.

### Schritt 4:

Bei gewünschter Konsistenz der Pasta mit etwas Parmesan anrichten.

**Guten Appetit!**

