

## Insalata die pasta con tonno

<b>Thema:</b>	ein leichtes Sommergericht für laue Sommerabende
<b>Saison:</b>	für uns ein typisches Sommergericht
<b>Besonderheit:</b>	auch für Vegetarier geeignet (Fisch kann auch weggelassen werden)
<b>Zu Beachten:</b>	je frischer die Zutaten umso besser

### Zutaten / Einkaufsliste (für 2 Personen)

150g	Trofie (Teigwaren)
2	Zwiebel (klein)
¼	chinesischer Knoblauch
½	kleiner Zucchini
½	roter Paprika
½	grüner Paprika
2	Eier (gekocht)
10 Stk.	Cocktail-Tomaten
1 Pkg.	kleine Mozzarella Kugeln
50g	Ruccola
80g	Thunfisch (naturale)
n.B.	Balsamicoessig
n.B.	Olivenöl
n.B.	Salz, Pfeffer und Oregano
n.B.	frisches Baguette



### Zubereitung

Trofie (oder Teigwaren nach Wahl) nach Anleitung kochen und kalt abschrecken, sowie auskühlen lassen. Zwiebel in kleine Würfel schneiden, den chinesischen Knoblauch fein hacken, Zucchini in feine Streifen schneiden, sowie den roten und grünen Paprika, und die Eier klein würfeln. Den Thunfisch abtropfen lassen, die Cocktail-Tomaten (je nach Größe) vierteln oder halbieren und mit den anderen Zutaten (ausgenommen Ruccola) vermengen. Den Ruccola waschen und kurz vor dem Servieren unterheben. Aus Balsamicoessig (Aceto Balsamico di Modena), sowie Salz und Pfeffer und Olivenöl ein Dressing zubereiten und über den Salat geben und mit ein wenig Oregano würzen – auf gute Qualität des Aceto Balsamico und des Olivenöl achten!

Insalata di Pasta con Tonno mit frischen Baguette servieren und mit einem Glas italienischem Wein genießen.



*Gutes Gelingen und Guten Appetit*

