



Spaghetti al tonno - Spaghetti mit Thon und Lauch

Ein simples Rezept. Gut geeignet, um einen akuten Hunger ohne viel Aufwand mit einem feinen Gericht zu besänftigen. Thon und Lauch harmonieren geschmacklich sehr gut miteinander, dazu etwas Peperoncino, der für Rasse sorgt und Sauerrahm, der dieses Pastagericht so schön geschmeidig macht.

Auch als "Primo Piatti" in einem italienischen Menu macht sich eine kleine Portion "Spaghetti al tonno" sehr gut.

Zutaten (pro Portion)

80g Spaghetti (Barilla No.3)
80g Thon
10cm Lauch (mit viel Grün)
1 Knoblauchzehe
2cm Peperoncino
2El Sauerrahm
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.

Lauch der Länge nach halbieren und in feine Streifen schneiden. In Bratbutter andünsten. Knoblauch fein hacken, Peperoncino von den (sehr scharfen) Kernen befreien und in feine Streifen schneiden. Beides zum Lauch geben und ca. 10 Minuten mitdünsten. Thon abtropfen lassen, grob zerzupfen und dazugeben. Sauerrahm dazugeben, alles vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spaghetti abgiessen, sobald die Sauce bereit ist (und der Lauch gar), Spaghetti mit der

Sauce vermischen und anrichten.



