



JERNEJ KITCHEN

TESTENINE S TUNO, KAPRAMI IN OLIVAMI

Testenine s tuno, kaprami in olivami so hiter, slasten in ugoden recept za med tednom. Narejene v manj kot 30 minutah in super za celo družino.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	10	MINUT
KUHANJE:	15	MINUT
ČAS SKUPAJ:	25	MINUT

POLIVKA IZ OLIV

- 70 g zelenih oliv
- 2 žlici drobno sesekljanih mandljev
- 1 strok česna, nariban
- 1 čajna žlička naribane bio limonine lupinice
- 1 žlica limoninega soka
- 4 žlice olivnega olja

TESTENINE S TUNO

- 350 g špagetov
- 3 žlice olivnega olja
- 1 čebula
- 3 stroki česna
- 1 žlica sesekljanega peteršilja
- 1 čajna žlička naribane bio limonine lupinice
- 2 žlici kaper v slanici
- 250 g pasiranega paradižnika (passata)
- dve (80g) pločevinki tune

POLIVKA IZ OLIV

Olive izkoščičimo in grobo nasekljamo. Damo v manjšo skodelico skupaj s sesekljanimi mandlji, naribanim česnom, naribano limonino lupinico, limoninim sokom in olivnim oljem. Začinimo s soljo in poprom ter premešamo. Postavimo na stran do postrežbe.

TESTENINE

Po navodilih iz embalaže skuhamo špagete al dente. Ko so špageti kuhani, jih odcedimo in prihranimo 80ml vode.

OMAKA

Medtem, ko se špageti kuhajo, naredimo omako. Ponev z olivnim oljem pristavimo na zmeren ogenj. Dodamo sesekljano čebulo, drobno sesekljan česen, sesekljan peteršilj, naribano limonino lupinico in kapre. Kapre predhodno speremo pod tekočo vodo. Na šibkem ognju pražimo 5 minut. Dodamo passato in kuhamo še 5 minut. Nato dodamo še odcejeno tuno iz konzerve in rahlo premešamo. Kuhamo še minuto.

TESTENINE S TUNO

Odcejene špagete damo v ponev k omaki in dobro premešamo, da se sestavine povežejo. Med mešanjem po potrebi dodamo še prihranjeno vodo od kuhanja testenin. Razdelimo med štiri krožnike in pokapljamo s pripravljeno polivko iz oliv.

TOOLS AND EQUIPEMENT Oglas

- rezalna deska
- kuhinjski nož
- maniša skodelica