

Pastasalade tonijn met tomaatjes en zwarte olijven



20 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

| | |
|--------------|----------|
| Energie | 302 Kcal |
| Koolhydraten | 9.8 g |
| Eiwitten | 29.6 g |
| Vet | 15.2 g |
| Vezels | 0 g |

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle penne
- 40-50 g tonijn op water (uit blik)
- 100 g cherry- of kleine trostomaatjes, gehalveerd
- 4 zwarte olijven
- ½ teentje knoflook
- 1 el olijfolie
- ½ bouillonblokje
- Handje basilicumblaadjes
- Oregano
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Kook de penne, samen met het halve bouillonblokje, circa 15-20 minuten in een ruime hoeveelheid water. Maak ondertussen een kruidenolie van de olijfolie, peper, zout, knoflook en de basilicum door deze even kort in de keukenmachine te laten draaien. Houd een paar blaadjes basilicum apart voor de garnering. Giet de penne af en meng met de kruidenolie, tomaatjes, tonijn en de olijven. Breng eventueel nog op smaak met wat peper. Garneer met wat gekneusde blaadjes basilicum.

TIP: -