Penne s tuňákem, žampiony a smetanou

Počet porcí: 4
Doba přípravy: 20 minut
Bez lepku

Postup přípravy

Uvaříme těstoviny. Česnek (4 stroužky) nakrájíme na plátky, 2 šalotky na nudličky. Obojí orestujeme na pánvi na rozpáleném oleji. Podlijeme vroucí vodou z těstovin. Vaříme už jen na mírném plameni. Po chvíli přidáme postupně uvařené těstoviny, zakysanou smetanu i tuňáka a pořádně vždy promícháme. Opepříme. Pokud je omáčka příliš hustá, podlijeme vodou dle potřeby. Před dokončením přidáme listy čerstvého špenátu a krátce povaříme. Z očištěných žampionů (12 ks) odkrojíme nožičky. Hlavičky nakrájíme na čtvrtky. Orestujeme na menší pánvi na olivovém oleji. Osolíme, opepříme. Poté servírujeme na těstoviny. Nakonec posypetme nastrouhaným parmezánem.

Ingredience

- **Cibule volná** - 80 g
- **Česnek** - 4 g
- **Jedlá sůl** - 1 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Žampión zahradní 500 g** - 100 g
- **Parmazán 100 g** - 40 g
- **Špenátové listy** - 100 g
- **Jihočeská zakysaná smetana 18 % 180 g** - 400 g
- **Tuňák ve vlastní šťávě 80 g SUN & SEA** - 160 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Rýžové těstoviny bezlepkové LUCKA 300 g – PENNE** - 600 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM
CELIATICA.CZ
VÁŠ SEZNAM ONLINE