

Rezept

Farfalle mit Thunfisch-Pesto-Dressing

Ein Rezept von Farfalle mit Thunfisch-Pesto-Dressing, am 04.06.2023

Zutaten

400 g kurze Nudeln (z. B. Farfalle)	1 große Zitrone
4 EL Pesto (Fertigprodukt)	Salz , Pfeffer
2 Dosen Thunfisch in Öl (à 185 g)	200 g Kirschtomaten
50 g Rucola	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 280 kcal, 20 g F, 23 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Nudeln nach Packungsangabe zubereiten. Inzwischen die Zitrone halbieren und auspressen. Das Pesto mit dem Zitronensaft in eine Schüssel geben und glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

2. Den Thunfisch abgießen, gut abtropfen lassen, mit einer Gabel zerzupfen und zum Pesto-Dressing geben.

3. Die Tomaten waschen, trocken reiben und halbieren. Den Rucola verlesen, waschen, trocken schütteln und harte Stiele entfernen. Große Blätter grob hacken. Tomaten und Rucola in die Schüssel geben. Nudeln abgießen, noch heiß unter das Dressing mischen und lauwarm oder auch kalt als Salat servieren.