



Dania główne

SPAGHETTI Z CUKINIĄ I TUŃCZYKIEM



SKŁADNIKI

- 400 g makaronu spaghetti
- puszka tuńczyka w oleju
- 3 fileciki anchois
- cukinia
- 4 pomidory
- cebula
- 2 ząbki czosnku
- łyżka kaparów
- garść szpinaku
- po 2 gałązki bazylii i oregano
- 2 łyżki masła klarowanego Mlekovita
- sól
- pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

- Cukinię umyć, pokroić w plasterki. Szpinak optukać. Pomidory sparzyć, zdjąć skórę, pokroić w kostkę. Cebulę i czosnek obrać, posiekać.
- Zioła optukać, posiekać. Rozgrzać masło klarowane, wlać oliwę z tuńczyka, zeszklić cebulę i czosnek. Dodać anchois oraz cukinię, smażyć 5 min. Dorzucić pomidory, zioła, kapary, doprawić solą i pieprzem, dusić ok. 15 min. Dołożyć rozdrobnionego tuńczyka i szpinak, smażyć 5 min.
- Makaron ugotować al dente w osolonym wrzątku. Osączyć, zostawiając szklankę wody z gotowania. Makaron dodać do sosu, wymieszać. Wlać tyle wody z gotowania, by sos był gładki. Nałożyć na talerze.