



## Penne mit Thunfischsauce

garniert mit frittierten Kapern



20-30min



3-4 Personen

Ein Glück, dass Penne-Nudeln dank ihrer Form extra viel Sauce aufnehmen können! Denn von dieser seidig-cremigen Thunfischsauce, die mit Lauch und Crème fraîche verfeinert wird, möchten wir keinen Tropfen verschwenden. Als Highlight wird die Pasta mit frittierten Kapern bestreut, die so richtig schön knuspern und herrlich säuerlich-pikant schmecken. Begeistert rufen wir: Tutto bene!



- 400g Penne <sup>1</sup>
- 1 Stange Lauch
- 3 Knoblauchzehen
- 500g Kirschtomaten
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Dosen Thunfisch in Wasser <sup>4</sup>
- 2 Becher Crème fraîche <sup>7</sup>
- 2 Packungen Kapern
- 100g Rucola

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- große Pfanne
- Stabmixer
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

**Allergene**  
Gluten (1), Fisch (4), Milch (7). Kann  
Spuren von anderen Allergenen  
enthalten.

Energie 987kcal, Fett 46.6g,  
Kohlenhydrate 105.4g, Eiweiß 34.4g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Lauch** längs halbieren, dann in feine Streifen schneiden. Ca. **3EL Lauchgrün** für die **Garnitur** beiseitelegen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Kirschtomaten** halbieren.



Die **Lauchstreifen** in einem kleinen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 2Min. anschwitzen. Den **Thunfisch**, den **Knoblauch** und 4EL Wasser unterrühren und 2-3Min. mitköcheln. Wenn der **Lauch** weich ist, die **Crème fraîche** unterrühren und alles mit einem Stabmixer pürieren. Mit der **Limettenschale**, dem **Limettensaft** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Den **Thunfisch** in einem Sieb abtropfen lassen.



Die **Kapern** trocken tupfen und in einer großen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. kross frittieren. Die **Kapern** herausnehmen und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dabei mit einer Tasse etwas **Pastawasser** auffangen. Die **Pasta** zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



Die **Thunfischsauce**, die **Kirschtomaten** und ca.  $\frac{2}{3}$  **des Rucolas** zur **Pasta** in den Topf geben und alles gut vermengen, dabei ggf. etwas **Pastawasser** unterrühren. Die **Pasta** auf tiefe Teller verteilen, mit dem aufbewahrten **Lauchgrün**, dem **restlichen Rucola** und den **Kapern** garnieren und servieren.