



Risoni mit Thunfisch und Zucchini

dazu würzig eingelegte Gurken



ca. 35min



3-4 Personen

Oh ja, da geben wir dir recht: Risoni sehen wirklich wie Reis aus. Es handelt sich aber tatsächlich um eine Sorte Pasta - die man durchaus auch lauwarm oder kalt verzehren kann. So wie heute zum Beispiel: verfeinert mit Thunfisch, gebratenen Zucchini und einem aromatischen Tomaten-Oliven-Pesto. Als Beilage gibt es einen würzigen Gurkensalat, den du vorher geschmeidig einlegst. Wir wünschen guten Appetit!

- 400g Risoni ²
- 1 große Gurke
- 2 Zucchini
- 20g Basilikum
- 2 Becher Tomaten-Oliven-Pesto
- 2 Dosen Thunfisch in Wasser ¹

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- großer Topf
- große Pfanne
- Sieb

Allergene
Fisch (1), Gluten (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 610kcal, Fett 17.4g,
Kohlenhydrate 83.5g, Eiweiß 28.3g



1. Pasta kochen

4. Zucchini braten

A clear glass bowl filled with freshly diced cucumbers. The cucumbers are cut into small, irregular cubes, showing both the green skin and the lighter green flesh. The bowl is set against a neutral, light-colored background.

2. Gurke einlegen



5. Basilikum schneiden

A pile of diced zucchini on a white cutting board. The zucchini is cut into small, irregular cubes, showing the green skin and light green flesh. The cutting board is placed on a dark grey surface.

3. Zucchini schneiden

6. Fertigstellen & servieren

Die **Pasta** mit dem **Pesto**, der **Zucchini** und dem **Basilikum** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut umrühren. Den **Thunfisch** abgießen, auf der **Pasta** anrichten und die **Pasta** mit dem **Gurkensalat** als Beilage servieren.