

# Recepty



## Zapečené těstoviny s tuňákem z konzervy

Ingredience

těstoviny: **250 g**  
tuňák ve vlastní šťávě: **150 g**  
mléko: **100 ml**  
smetana ke šlehání: **100 ml**  
jarní cibulka: **2 ks**  
tvrdý sýr: **200 g**  
petrželka  
sůl  
pepř  
máslo

**STUPEŇ ZDRAVOSTI:**

Zlatá střední cesta

**Těstoviny uvaříme v osoléné vodě al dente (na skus) a propláchneme studenou vodou. Smícháme těstoviny, kousky tuňáka, nadrobno nakrájenou cibulku, mléko, smetanu, polovinu nastrohaného sýra, osolíme a opeříme. Pekáček vymažeme máslem, navrstvíme do něj těstoviny s tuňákem a pečeme při teplotě 180...**

## Zapečené těstoviny s tuňákem z konzervy - recept

Těstoviny uvaříme v osoléné vodě al dente (na skus) a propláchneme studenou vodou. Smícháme těstoviny, kousky tuňáka, nadrobno nakrájenou cibulku, mléko, smetanu, polovinu nastrouhaného sýra, osolíme a opepříme. Pekáček vymažeme máslem, navrstvíme do něj těstoviny s tuňákem a pečeme při teplotě **180 °C asi 20 - 25 minut**.

Nakonec **zapečené těstoviny s tuňákem z konzervy** posypeme druhou polovinou sýra a čerstvou petrželkou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí