



1A+1B

Fish

Fusilli vitello tonnato



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Bereid de fusilli volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de fusilli af en laat afkoelen. Mix ondertussen de tonijn met de mayonaise en het citroensap met de staafmixer tot een gladde massa. Breng op smaak met peper en meng dit met de fusilli. Snijd de ansjovis en augurk in kleine stukjes en snipper de ui. Voeg de rode ui, kappertjes, augurk en de ansjovis toe. Besprenkel met olijfolie. Breng eventueel nog extra op smaak met wat peper.

Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle fusilli
- ☐ 40-50 g tonijn uit blik op waterbasis
- ☐ 1 ansjovis
- ☐ 200 g zure augurk
- ☐ 1 el mayonaise
- ☐ 1 el kappertjes
- ☐ ¼ rode ui
- ☐ 1 tl citroensap
- ☐ 1 el extra vierge olijfolie
- ☐ Peper

Voedingswaarden per persoon

Energie	394 kcal
Koolhydraten	9 g
Vet	23 g
Vezels	5 g
Eiwit	33 g