

Pasta mit Thunfisch und Ricotta

Für 2 Portionen

250 g Pasta	1 Prise Gewürzsalz	3 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen	1 Chilischote	1 Dose Thunfisch (in Öl)
4 EL schwarze Oliven, entsteint	1 Prise Pfeffermix	2 EL Kapern
4 EL Ricotta	0,5 Bund Basilikum	

Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung al dente kochen.

Während die Pasta kocht, das Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Die Knoblauchzehen schälen und leicht andrücken. Zusammen mit der ebenfalls angedrückten Chilischote ins Öl geben und leicht anrösten. Thunfisch in die Pfanne geben und gut vermischen. Dann die schwarzen Oliven hinzufügen, alles mit Pfeffermix würzen und kurz braten.

Knoblauch und Chilischote aus der Pfanne nehmen und ggf. für andere Gerichte noch mal verwenden. Kapern in die Pfanne geben und kurz anrösten. Nach und nach etwas Nudelkochwasser dazugeben und etwas einkochen lassen, bis eine sämige Sauce entsteht. Dabei regelmäßig umrühren.

Pasta abgießen und dabei das Nudelkochwasser auffangen. Pasta abtropfen lassen, in die Pfanne zur Sauce geben und alles gut durchmischen. Ricotta unterheben und kurz mit erhitzen, bis er sich gut verteilt hat. Noch mal etwas Nudelkochwasser dazugeben und kurz köcheln lassen.

Pasta auf zwei Tellern verteilen und mit grob zerrupftem Basilikum garnieren. Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen laut

Steffen Henssler am 12. September 2024