

Penne-Salat mit Thunfisch

Der Penne-Salat mit Thunfisch ist ein perfektes Nudelsalat-Rezept und lässt sich nach Belieben mit anderem Gemüse abwandeln.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 55 min



Zutaten

400 g	Penne
1 Stk.	Rote Zwiebel (große)
2 Stangen	Stangensellerie
180 g	Thunfisch (i.e.Saft aus der Dose)
50 g	Erbsen (aus der Dose)
150 g	Naturjoghurt
1 EL	Olivenöl extra vergine
2 EL	Limettensaft (oder Zitronensaft)
1 Handvoll	Blattpetersilie (fein gehackt)
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den **Penne-Salat mit Thunfisch** die Nudel in Salzwasserr garen, abseihen, mit kaltem Wasser abschrecken und auskühlen lassen.
2. Die rote Zwiebel schälen und zerkleinern, die Stangensellerie putzen und in kleine Stücke zerschneiden. In eine Salatschüssel geben, Erbsen und abgetropften, zerpfückten Thunfisch zugeben.
3. Naturjoghurt mit Olivenöl extra vergine, Limettensaft, Salz und Pfeffer vermengen und zu einem Dressing verrühren. Fein gehackte Blattpetersilie zugeben und untermengen. Abschließen die Penne zugeben. Den Penne-Salat mit Thunfisch im Kühlschrank mindestens eine halbe Stunde durchziehen lassen.

Tipp

Je nach Geschmack kann man mit den Zutaten natürlich variieren. Zum Beispiel mit Cocktailtomaten, Paprika, Mais, Knoblauch, Gurken, Salatherzen etc.