

Thunfischsugo

Wenn es mal schnell gehen soll, ist Thunfischsugo genau das Richtige. Die Zutaten für dieses Rezept hat man fast immer vorrätig.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

1 Dose	Thunfisch
2 Dosen	Tomaten (würfelig geschnitten)
1 Stk.	Zwiebel
1 Bund	Dille
2 Schuss	Essig
2 EL	Öl
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Salz

Zubereitung

1. Für das Thunfischsugo den Dill waschen, trockenschwenken und fein hacken. Thunfisch abtropfen lassen. Zwiebel schälen und fein hacken. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Mit Essig ablöschen und die Tomatenwürfel unterrühren.
2. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles bei mittlerer Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Kurz vor Ende der Garzeit den Thunfisch mit einer Gabel grob zerpfücken und in die Sauce rühren. Mit Dill abschmecken und servieren.

Tipp

Dieses würzige Thunfischsugo schmeckt sehr gut zu Reis oder Nudeln.