

Farfalle cu ton si sos de rosii



Farfalle cu ton si sos de rosii: o reteta cu peste simpla..dar gustoasa!! ☐

Dragii mei, astazi praznuim Buna Vestire, marea sarbatoare inchinata Maicii Domnului, in care avem dezlegare la peste.

Pe Facebook v-am pus deja la dispozitie **colectia mea de retete cu peste**, de post si nu numai, dar pe blog nu am ajuns inca sa va prezint ceva in sensul asta.

Cu un pic de intarziere, asadar, va prezint o reteta rapida si gustoasa cu **paste si ton**: Farfalle cu ton si sos de rosii!!!

Ingrediente:

- 400 g paste Farfalle (fundite)
- o ceapa mare
- o lingura ulei de masline
- 425 ml rosii tocate (la conserva)
- 1 conserva ton maruntit, in suc propriu
- 1 conserva ton bucati, in ulei
- o conserva fasole alba sau rosie (kidney) de 425 ml
- sare, piper dupa gust
- frunze de patrunjel tocate (optional)

Sfat: daca nu va place fasolea, nu o adaugati! Pastele ies foarte bine si fara! Iar daca va place usturoiul, puteti pune la calit 1, 2 catei de usturoi, trecuti prin presa sau maruntiti, impreuna cu ceapa tocata.

Mod de preparare:

Pregatiti mai intai apa in care veti fierbe pastele: puneti o oala mare cu apa la fiert, adaugati o lingurita de sare si asteptati sa atinga punctul de fierbere. In timpul asta, puteti prepara sosul, iar cand e gata il puteti amesteca cu pastele fierte.

Dar daca va e mai usor sa le luati pe rand, incepem cu apa □ ...cand clocoteste, puneti pastele si le lasati la fiert conform instructiunilor de pe ambalaj. Scurgeti-le si treceti-le printr-un jet de apa rece. Lasati-le la scurs.

Pentru sos, curatati ceapa, spalati-o si taiati-o marunt. Incingeti uleiul de masline intr-o tigaie si adaugati ceapa tocata. Lasati la calit cateva minute, amestecand des, dupa care adaugati conserva de rosii. Lasati totul la fiert timp de cca. 5 minute, cu capac.

Scurgeti fasolea si adaugati-o impreuna cu tonul maruntit (in apa) in sosul de rosii din tigaie. Lasati putin sa se inabuse la foc mare (fara capac); sarati si piperati dupa gust. La sfarsit, adaugati tonul bucati, cu tot cu ulei, si amestecati totul foarte

bine.

Amestecati pastele cu sosul din tigaie si serviti dupa ce „stau” vreo 10 minute, cu capac, pentru ca pastele sa ajunga sa absoarba putin din sos. Sunt minunate si reincalzite (ba chiar mai bune).



...asta daca nu dispar imediat din farfurie ☐