

One Pot- cremige Thunfisch Nudel

Zutaten (4 Portionen)

- ♥ 3 Zwiebeln
- ♥ 2 Knoblauchzehen
- ♥ 2 große Tomaten
- ♥ 1 ganzer Paprika
- ♥ 2 Dosen Thunfisch im Öl
- ♥ 200 Gramm Frischkäse
- ♥ 150 Gramm Cheddar Käse
- ♥ 500 Gramm (Dinkel) Fusilli Nudel
- ♥ Je 500 ml Brühe und Wasser
- ♥ Salz, Pfeffer



Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen, klein schneiden. Tomaten und Paprika waschen und klein würfeln.

In einer Pfanne das Öl (vom Fisch) erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Paprika und Tomaten zufügen und scharf anbraten. Thunfisch untermengen.

Mit Brühe aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die ungekochten Nudeln unterheben und mit Wasser aufgießen. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Zum Schluss den Frischkäse und Cheddar unterrühren.

Gedanken: ein sehr schnelles, einfaches und cremiges Gericht. Dieses Essen kann man auch einfach einpacken und bei der Arbeit schnell aufwärmen. Vor ein paar Wochen habe ich die One Pot Gerichte entdeckt. Die Nudeln bekommen durch das Kochen mit den Zutaten einen richtig guten Geschmack. Sie schmecken viel besser als die normal gekochte Nudel. Was noch gut daran ist: man braucht nicht so viel abspülen, da wir nur einen Topf brauchen 😊