

26 Ιουνίου 2023

Μακαρόνια με τόνο

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία](#)



ΕΚΤΕΛΕΣΗ :

Σε κατσαρόλα με αλατισμένο νερό, βράζουμε τα μακαρόνια. Σε άλλο σκεύος τσιγαρίζουμε τα τριμμένα κρεμμύδια και προσθέτουμε τις πιπεριές κομμένες μακρόστενες. Αφήνουμε να μαραθούν και ρίχνουμε τη ντομάτα. Μόλις αρχίσει να

“δένει” η σάλτσα, προσθέτουμε το ψάρι θρυμματισμένο, λίγο αλάτι και πιπέρι.Αφού βράσει, σερβίρουμε μαζί με τα μακαρόνια.

Κάντε κλικ εδώ για όλα τα βιβλία της μοναστηριακής γαστρονομίας.

Υλικά :

μισό κιλό φρέσκος τόνος ή 3 κονσέρβες τόννου

μισό κιλό μακαρόνια

4 πράσινες πιπεριές φλάσκες

μισό κιλό ντομάτες

2 κρεμμύδια

ελαιολαδο

αλάτι

πιπέρι

Πηγή: monastiriaka.gr