

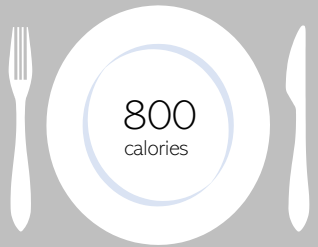


## Spaghettini au thon et olives



Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

### INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



### ACCOMPAGNEMENT

### À SE PROCURER

Huile d'olive, beurre, sel et poivre

### INGRÉDIENTS

- 50 ml de persil frais haché
- 30 ml de câpres
- 250 g de tomates cerises
- 1 petit oignon, haché
- 300 ml de sauce tomates
- 170 g de thon emietté, égoutté
- 125 ml d'olives Kalamata dénoyautées
- 375 g de spaghettinis
- 1 pincée d'épice pour poisson

### INSTRUCTIONS

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les pâtes jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Réserver 125 ml (1/2 tasse) d'eau de cuisson. Égoutter et réserver.

Hacher le persil et l'oignon

Dans une grande poêle, dorer l'oignon haché dans l'huile jusqu'à ce qu'il soit tendre. Saler et poivrer.

Incorporer la sauce aux tomates, le thon, les olives, les câpres, les tomates et l'épice. Faire mijoter à découvert, 5 minutes, en remuant à quelques reprises.

Ajouter les pâtes et 1/2 du persil. Bien mélanger et cuire 2 mns. Ajouter l'eau de cuisson si nécessaire. Rectifier l'assaisonnement.

Monter les assiettes en répartissant les pâtes et parsemer de persil.

### TEMPS

25

### RÉSULTAT

4



*bon appétit*