

## Thunfisch Pasta mit Spaghetti und Tomaten



### Zutaten für 5 Portionen:

- 400 g Nudeln

### Für die Sauce:

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- 3 EL Tomatenmark
- 400 g gestückelte Tomaten
- 1 Thunfisch aus der Dose (in eigenem Saft)
- 100 g Schmand (alternativ saure Sahne oder Creme legere)
- 2 EL Kapern
- Basilikum
- Salz
- Pfeffer
- ½ TL Zucker
- geriebener Parmesan

**Arbeitszeit:** ca. 5 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 10 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 15 Minuten

### Zubereitung:

1. Koche die Spaghetti nach Packungsanleitung.
2. Schäle die Zwiebel und den Knoblauch. Schneide sie in kleine Würfel.
3. Brate die Zwiebelwürfel und den Knoblauch in Olivenöl an. Gib das Tomatenmark dazu und röste es eine Minute mit. Gib den Zucker und die gehackten Tomaten dazu. Lass die Sauce bei geschlossenem Deckel 3 Minuten köcheln.
4. Rühre den Schmand, die Kapern und den Thunfisch ein.
5. Schmecke die Thunfischsauce mit Salz und Pfeffer ab.
6. Serviere sie mit Basilikum und geriebenem Käse oder Parmesan zu Spaghetti oder Pasta deiner Wahl.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

