

## SLOŽENÍ

200 g celozrnných nebo špaldových těstovin penne

1 malá červená cibule

1/2 okurky

125 g cherry rajčat

1 malá plechovka kukuřice (140 g odkapané váhy)

1 bio citron

sůl a pepř

1 balení Garden Gourmet Veganský tuňák



Pokud hledáte inspiraci na veganský oběd, měli byste vyzkoušet tento těstovinový salát vyrobený s Garden Gourmet Vuňákem. Je to snadné, rychlé a chutné!

## PŘÍPRAVA

### 1. UVAŘTE TĚSTOVINY

Těstoviny uvařte podle návodu na obalu ve velkém množství vody s trochou soli „al dente“. Scedte a propláchněte studenou vodou.

### 2. NAKRÁJEJTE SI CIBULI, OKURKU A RAJČATA

Mezitím si nakrájíme nadrobno cibuli, okurku nakrájíme podélně na šest a poté na kousky a rajčata na čtvrtky. Nechte kukuřici okapat.

### 3. VŠECHNO SMÍCHEJTE A DCHUŤTE, DOBROU CHUŤ!

Potom přidejte těstoviny, zeleninu a Garden Gourmet veggie tuňáka. Salát ochutíme citronovou šťávou, jemně nastrouhanou (čistě vydrhnutou) citronovou kůrou, solí a pepřem.

## KULINÁŘSKÉ TIPY

### Oběd nebo večeře

Vhodné i jako hlavní chod, např. s extra salátem z rukoly s vařenými růžičkami brokolice a avokádem, s balsamickým dresinkem a extra panenským olivovým olejem.

### Návrh na podávání

Vynikající s trochou nasekané ploché petrželky.

**NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA GARDENGOURMET.CZ**