

Soßen Rezepte

Tomaten Bohnen Thunfisch Sosse zu Nudeln

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Teigwaren, Saucen, Italien, Nudeln, Tomate

1	Tomaten (850 ml)	Salz
1	weiße Bohnen (ohne - Suppengrün)	Pfeffer
1	Zwiebel (bis 2)	Oregano
1	Thunfisch in Öl	Zucker

1. Kleingeschnittene Zwiebeln in Öl glasig andünsten.
2. Tomaten mit Saft dazugeben und einköcheln lassen (ca. 15 Minuten). Alternativ: Frische Tomaten enthäuten und klein schneiden.
3. Während des Einköchelns Bohnen hinzugeben.
4. Mit Oregano (reichlich), Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Thunfisch ohne Öl hinzugeben (zum Schluss, sonst zerfällt er so !)