



## TUŃCZYKOWA PASTA



### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 100 g suchego makaronu Rurka Ukośna z Błonniakiem Owsianym
- × 1 opakowanie kiełków buraka
- × 1 żółta papryka
- × 10 czarnych oliwek

### SKŁADNIKI NA TUŃCZYKOWE KULE (10 SZTUK):

- × 70 g tuńczyka z puszki w oleju (kawałki, po odcieku)
- × 60 g sera białego półtłustego
- × 1 łyżeczka majonezu
- × 1/2 szklanki pestek słonecznika
- × sól, świeżo mielony pieprz

### SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 4 łyżki oleju z puszki tuńczyka
- × sól, świeżo mielony pieprz

### PRZYGOTOWANIE:

1. Makaron gotujemy w osolonej wodzie (zgodnie z instrukcją na opakowaniu), następnie odcedzamy, przelewamy zimną wodą i pozostawiamy na sitku.
2. Przygotowujemy tuńczykowe kule. Pestki słonecznika prażymy na suchej patelni. Tuńczyka dobrze odciskamy z oleju (olej zachowujemy), po czym łączymy go z rozgniecionym widelcem serem białym oraz łyżeczką majonezu. Całość doprawiamy solą/pieprzem i dokładnie mieszamy. Z uzyskanej pasty formujemy kule (o średnicy około 1 cm – 1,5 cm), które następnie obtaczamy w uprażonych pestkach słonecznika (najwygodniej robić to w rękawiczkach).
3. Paprykę kroimy na mniejsze kawałki na przykład w paseczki, a czarne oliwki w plasterki.
4. W szerokiej misce łączymy makaron z olejem z puszki tuńczyka, kiełkami buraka, papryką oraz doprawiamy solą i pieprzem. Całość wykładamy na talerze/półmisek, a następnie układamy tuńczykowe kule i posypujemy czarnymi oliwkami.