

Spaghetti mit Thunfisch-Kapern-Soße

Rezept für die Campingküche

Zutaten für 4 Portionen :

500 g Spaghetti,
2 Dosen Thunfisch
(je 140g Abtropfgewicht), 4 Sardellenfilets,
1 Bund Lauchzwiebeln,
2 EL Olivenöl,
2 EL Kapern,
1 Dose gewürfelte Tomatenstücke (400 g)
Gewürze
Salz, Pfeffer, Rosenpaprika, 1 EL Tomatenmark



Zubereitung :

Diese einfache aber leckere Nudelsoße läßt sich auch mit der Campingküche schnell herstellen. Da wir nur eine Brennstelle haben, wenden wir wieder unseren **alten Trick** an:

Das Nudelwasser (2 – 3 Liter) aufstellen, wenn das Wasser kocht 2 EL Salz und die Nudeln zugeben. Gut umrühren und aufkochen lassen. Etwa 5 Minuten kochen lassen. Dann den Topf gut in mehrere Handtücher einpacken und die Nudeln quellen lassen.

Inzwischen den Thunfisch abtropfen lassen. Lauchzwiebeln putzen und klein schneiden. Lauchzwiebeln im heißen Olivenöl ca. 2 Min. andünsten. Thunfisch klein gehackte Sardellenfilets und Kapern fügen, gehackte Tomaten angießen und erhitzen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Nudeln kontrollieren, eventuell noch mal aufkochen, dann abgießen und sofort mit der Soße vermengen.