

# Recept voor Cambridge 800

## Pasta met tonijn

### Hoofdgerecht voor Cambridge 800

#### Bereiding:

- Kook de penne in ruim water beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Breng de tomatenblokjes aan de kook met de knoflook en de paprika.
- Draai het vuur laag en strooi de rozemarijnnaaldjes boven de pan.
- Laat de tomatensaus 10 minuten zachtjes doorkoken.
- Schep de kappertjes en de tonijn met peper naar smaak door de saus en verwarm nog 3-4 minuten.
- Verdeel de pasta over vier kommen of diepe borden en schep de saus erop.

2 personen - 390 kcal per persoon

#### Ingrediënten:

- 140 gram penne volkoren (onbereid)
- 300 gram tomaten, in blokjes
- 1 teen knoflook, in plakjes
- 1 paprika, in reepjes
- Eetlepel olijven
- 1 takje rozemarijn
- 1 eetlepel kappertjes
- 1 blikje tonijn op water (à 185 gram), uitgelekt en in stukjes
- Peper