

Tomatensauce mit Thunfisch, Oliven und Kapern

Zutaten für 2 Personen

- 2 EL Olivenöl
- 1 Zucchini
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 TL getr. Oregano
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Dose geschälte Tomaten
- 2 TL Kapern
- 2 EL Oliven
- 1 Dose Thunfisch (im eigenen Saft)
- etwas frische Petersilie und Basilikum
- etwas Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Zucchini waschen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zucchinischeiben kurz anbraten. Zur Seite schieben, Oregano und Knoblauch kurz anbraten, dann Tomatenmark mit anbraten und alles vermischen.

Die geschälten Tomaten klein schneiden und zum Gemüse geben. Kurz aufkochen lassen. Oliven, Kapern und in Stückchen zerrleinerten Thunfisch zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, alles heiß werden lassen. Zum Schluss die gehackten Kräuter unterrühren.