



Spaghetti aux saveurs basques, au thon grillé Piment

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 1 personne

Ingrédients

- 1 boîte de Thon Entier Grillé Piment Saupiquet
- 80 g de spaghettis
- 1 courgette
- 1 courgette jaune
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon rouge
- De l'huile d'olive
- Du piment d'Espelette

1. Laver les courgettes, éplucher l'oignon et les gousses d'ail.
2. Hacher les gousses d'ail et tailler l'oignon rouge en pétales. A l'aide d'une mandoline, réaliser des tagliatelles de courgettes en les taillant dans la longueur.
3. Dans une poêle chaude, faire revenir tous les légumes à l'huile d'olive, saler et ajouter une pointe de piment d'Espelette. Les légumes doivent être fondants.
4. Réserver au chaud.
5. Cuire les spaghetti dans un grand volume d'eau salée. Une fois cuits, les rincer à l'eau tiède pour les débarrasser de leur amidon.

6. Mélanger les légumes et les spaghettis, rectifier l'assaisonnement si besoin.
7. Dresser le mélange dans une assiette creuse, et déposer le Thon Entier Grillé Piment Saupiquet au centre.
8. Terminer avec un filet d'huile d'olive et saupoudrer légèrement de piment d'Espelette.
9. Déguster !