

ENSALADA DE PASTA

INGREDIENTES

3 latas de atún
400g de pasta corta
2 cebolletas
100g de Champiñones
2 pimientos rojos
2 tomates rojos
1 zanahoria rallada
1 puerro
1 calabacín
Unas hojas de albahacas frescas
Orégano

Para la vinagreta
50ml de vinagre balsámico o vinagre de Jerez
Sal
Pimienta
200ml de aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Lavamos el pimiento, el calabacín, los tomates y los champiñones. Picamos las cebolletas y las sofreímos con un poco de aceite. Añadimos los champiñones cortados, el calabacín y el pimiento, cortados en dados, y el puerro cortado en ruedita. Incorporamos el tomate pelado, sin semillas y cortado en dados. Dejamos sofreír todo junto 1 min. Cuando este al dente lo sacamos del fuego y reservamos.

Cocemos la pasta, según las indicaciones del fabricante, la enfriamos bajo el grifo y la reservamos con un poco de aceite.

Mezclamos la pasta con las verduras ya frías y el atún claro desmenuzado, Aderezamos con la vinagreta, el orégano y las hojas de albahaca fresca picaditas.

NOTA

Se le pueden colocar las verduras que gusten y en lugar del atún cortarle unos trozos de jamón y queso curado y maíz dulce también le vienen muy bien.