

## Recept

---

### Maaltijdsalade komkommer tonijn

#### Benodigheden

- ✓ 300 g penne pasta
- ✓ 300 g spinazie
- ✓ 1 blikje tonijn op olijfolie (+160 g)
- ✓ 1 citroen
- ✓ 200 gram kaasblokjes
- ✓ 2 uien, in smalle partjes
- ✓ 1 komkommer, in halve plakjes



#### Bereiding

Kook de penne volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en laat in een wijde kom snel afkoelen. Zet 200 g van de spinazie op met een bodempje water, breng aan de kook en laat slinken. Laat de spinazie in een vergiet uitlekken en snel afkoelen. Giet de tonijn af en vang de tonijnolie op. Pers de citroen uit. Meng de tonijnolie en het citroensap tot een dressing en breng op smaak met peper en zout. Meng de penne, de gekookte spinazie, de rest van de spinazie, de tonijn, de kaasblokjes, de uien, de komkommer en de dressing kort voor het serveren.

U kunt dit recept tevens vinden in de Vol Smaak flyer van week 4 2011

**EET SMAKELIJK!**

