



### Ingrediënten

- 60 gram Penne volkoren, ongekookt
- 100 gram Tonijn
- 200 gram Courgette
- 1 Citroen
- 1 eetlepel Olijfolie, traditioneel
- 1/2 theelepel Italiaanse kruiden

09-11-2017

# Penne met tonijnspiesjes

## Bereidingswijze

1. Kook de pasta volgens aanwijzingen op de verpakking.
2. Snijd de tonijn in blokjes en de citroen in partjes.
3. Snijd de courgette in de lengte in dunne plakken.
4. Maak de marinade met de olijfolie en Italiaanse kruiden.
5. Rijg vervolgens de blokjes tonijn en partjes citroen door de courgette omwikkeld om en om aan een spies en bestrijk alles met de marinade.
6. Rooster de tonijn spiesen in 4 tot 6 minuten gaar op de barbecue of in de grillpan of -oven.
7. Serveer met de pasta.

Eet smakelijk!