



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## TONBALIKLI MAKARNA

1 paket makarna  
125 gram tonbalığı konservesi  
5 adet tuzda bekletilmiş sardalye  
1 kahve fincanı zeytinyağı  
2 diş sarımsak  
5 dal maydanoz  
karabiber  
yeterince tuz

Soğuk suda yıkayıp kılçıklarını çıkardığımız sardalyeleri küçük küçük doğrayalım. Tonbahğım ilave edip karıştıralım. Tavaya zeytinyağını alıp doğradığımız sarımsakları pembeleştirilim. Balık karışımını ilave edip 1-2 dakika çevirelim. Tuz ve karabiber serptikten sonra ateşten alalım. Makarnayı bol suda haşlayıp, süzelim ve servis tabağına alalım. Üzerini sosla süsleyip sıcak olarak servis yapalım.

[ML® Salamlı Makarna için tıklayın](#)

---