

## *Thon mit Spaghetti, grünen Bohnen und schwarzen Oliven*

*Man kann auch ohne elitäre Zutaten masslos gut kochen!*

### *La Mise en Place:*

**100 g grüne Bohnen, 10 entsteinte schwarze Oliven, ½ Bund Basilikum, 1 Dose Thon au naturel, 1 Knoblauchzehe, 150 g Spaghetti, Olivenöl, Pfeffermühle, wenig Zitronensaft**

### *Die Vorbereitung:*

Die Bohnen kleiner schneiden. Die Oliven halbieren, das Basilikum zerzupfen, Thon abgiessen, ebenfalls zerzupfen und den Knoblauch fein schneiden.

### *Die Zubereitung am Herd:*

Die Bohnen über Dampf in zehn Minuten knackig garen. Die Spaghetti im sprudelnden Wasser al dente kochen und abgiessen.

In der Bratpfanne Olivenöl erhitzen und den Knoblauch darin goldgelb dünsteten. Bohnen, Spaghetti, Oliven und Thon zugeben und nur heiss werden lassen.

### *Die Vollendung:*

Mit Pfeffer und Basilikum bestreuen und mit Zitronensaft beträufeln – aufessen, aber nur gaanz langsam!

