



**Nivel de dificultad:** Fácil  
**Nivel Calórico:** Nivel calórico bajo  
**Precio Aproximado:** Menos de 5 €

## Ingredientes

500 g  
pasta  
2  
huevos duros  
15  
tomates cherry  
75 g  
aceitunas negras  
200 g  
queso fresco (de Burgos)  
225 g  
atún (en aceite vegetal)  
75 g  
maíz dulce (lata)  
50 g  
aceite de oliva virgen extra (5 cucharadas)  
1 g  
oregano (1/2 cucharadita)  
5 g  
sal (1 cucharadita)

## Instrucciones

1. Pon a hervir una olla con abundante agua.
2. Echa la pasta y cuece a fuego fuerte durante 10 - 12 minutos. (Ver recomendación en el paquete).
3. Lava la pasta con agua fría y escurre. A continuación pon la pasta en una ensaladera

---

grande.

4. Corta en rodajas las olivas o aceitunas negras.
5. Corta en dados el queso fresco de Burgos.
6. Escurre el atún en lata y el maíz.
7. Corta los tomates Cherry en mitades.
8. Pela y pica los huevos duros.
9. Echa el atún, queso fresco de Burgos, aceitunas, maíz, huevos duros en la ensaladera con la pasta. Añade aceite de oliva virgen extra y remueve.
10. Echa sal y orégano por encima y vuelve a remover.
11. Sirve en frío y disfruta de tu receta de ensalada de pasta Mediterránea. Ver más [recetas de ensaladas](#) [1] o [recetas de pasta](#) [2].

**URL de origen:** <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/ensalada-de-pasta-mediterranea>

### Enlaces

[1] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/ensaladas>

[2] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/pasta>