



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Pasta med kylling og spinat i fløtesaus

Pasta

200 g casarecce

Kylling og spinat i fløtesaus

1 stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
2 stk gulrøtter
1 stk sitron
50 g spinat
300 g kyllingbryst
1 pakke kokestabil matfløte
1 pakke hønsebuljong
2 ss hvetemel ^B
1 dl pastavann ^B

Servering

1 stk Grana Padano

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

^B Basisvare

1. Pasta: Tilbered pastaen som anvist på pakken. Ta vare på omtrent 1 dl av pastavannet.

2. Kylling og spinat i fløtesaus: Skrell løken, hvitløken og gulrøttene, og skyll sitronen og spinaten. Kutt løken, hvitløken og gulrøttene i skiver, og finriv skallet (kun det gule) fra sitronen. Bland 2 ss mel, sitronskallet, litt salt og pepper på en tallerken, og vend kyllingen i melblandingen. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 2-3 minutter på hver side, og løft den deretter over på en tallerken.

3. Kylling og spinat i fløtesaus, fortsettelse: Varm opp stekepannen fra forrige punkt til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken, hvitløken og gulrøttene i omtrent 1 minutt. Vend inn spinaten og stek videre i 1 minutt. Tilsett matfløten, buljongen og 1 dl av pastavannet, og kok opp. Ha kyllingen i sausen og la det hele småkoke på lav varme i omtrent 4 minutter. Smak til sausen med salt og pepper.

4. Servering: Riv Grana Padano-osten på et rivjern, og server den til retten.



TIPS!

Skjær kyllingen i skiver før servering.