



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Krämig parmesanpasta med räkor och fänkål

Grönsaker

- Tomat 2 st
- Fänkål 1 st
- Olivolja 1 msk
- Salt ½ tsk

Parmesansås

- Gul lök 1 st
- Parmesanost 1 bit
- Smör* ½ msk
- Vitlök 1 klyfta
- Vetemjöl* ½ msk
- Grönsaksbuljong 1 påse
- Mjolk 2 dl
- Vitvinsvinäger ½ msk

Tillbehör

- Räkor, 300 g 1 förp
- Linguine 200 g
- Ruccola 30 g

Att ha hemma ●

- Mjolk, Olivolja, Salt,
- Smör*, Svartpeppar,
- Vetemjöl*,
- Vitvinsvinäger

1. Värm ugnen till 175°C (varmluft) eller 200°C (vanlig).
2. **Förberedelser:** Klyfta tomat. Strimla fänkål. Häll av räkor. Finhacka gul lök. Finriv parmesanost. Koka upp lättsaltat vatten i en rymlig kastrull till pastakoket i steg 4.
3. **Grönsaker:** Lägg fänkål och tomater i en smord ugnform. Blanda med olivolja, salt och lite nymald svartpeppar. Tillaga mitt i ugnen ca 15 min.
4. **Tillbehör:** Koka linguine enligt anvisningen på förpackningen.
5. **Parmesansås:** Hetta upp smör i en kastrull. Fräs lök och pressad vitlök ca 3 min. Pudra över vetemjöl. Vispa ner grönsaksbuljong och mjolk, lite i taget. Koka upp och sjud ca 5 min. Späd med lite mer mjolk om såsen blir för tjock.
6. Ta kastrullen från värmen. Vispa ner riven parmesan (spara gärna lite till servering). Smaka av med lite vitvinsvinäger, salt och nymald svartpeppar.
7. Blanda avhållad pasta med parmesansås och grönsaker. Toppa med räkor, riven parmesan och ruccola. Servera direkt!

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ