



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



30 MIN. TILBEREDNING

Cremet pasta med kylling og bacon

Det skal du bruge

1½ dl madlavningsfløde
½ tsk timian
300 g kyllingeinderfilet
200 g pasta grov
1 stk squash
100 g bacon
100 g babyspinat
½ pose bouillon, høns

Du skal selv have:

Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Kog pasta al dente i letsaltet vand i ca. 10 min.
- 2 Skær kyllingefileterne i stykker på ca. 3 cm.
- 3 Skyl og halvér squash på langs og skær dem i tynde skrå skiver. Skyl spinaten grundigt.
- 4 Brun bacon og kylling et par min. på en dyb pande. Krydr med salt og peber og læg det til side.
- 5 Steg squash med timian 1-2 min. ved middel varme. Tilsæt kylling, bacon, ¾ dl vand, bouillon og fløde og bring det hele i kog. Lad det koge 3-4 min.
- 6 Bland pasta og spinat i og smag til med salt og peber. Servér straks.

Allergener

Æg, Gluten, Mælk, Selleri

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion: 2.806 kJ / 671 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	17,7 g
heraf mættede fedtsyrer	5,9 g
Kulhydrat	72,7 g
heraf sukkerarter	7,3 g
Protein	55,2 g
Salt	3,4 g
Kostfibre	15,1 g