



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Hurtig pasta med kylling, svampe og spinat

Det skal du bruge

1 stk skalotteløg
½ stk hvidløg solo
½ pose bouillon, grøntsag
2½ dl madlavningsfløde
200 g pasta hvid
125 g champignoner
300 g kyllingeinderfilet
75 g babyspinat
35 g grana padano

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Varm en stor gryde op med lidt olie. Pil løg og hvidløg og hak begge i grove tern. Steg det 1-2 min. Tilsæt 3½ dl vand, bouillon, madlavningsfløde og pasta.
- 2 Skær imens champignon i skiver og kom i gryden. Skær kyllingen i mindre stykker og tilsæt. Rør rundt og kog i ca. 15 min. under låg. Rør undervejs, så det ikke sætter sig.
- 3 Skyl spinaten i posen. Brug din hånd til at sigte vandet fra, så du sparer på opvasken. Riv osten fint.
- 4 Vend spinat og halvdelen af osten i pastaen, når den er klar. Smag til med salt og peber og lad det stå 1 min. med låg på. Servér retten med mere revet ost på toppen efter behag.

Allergener

Æg, Hvede, Laktose, 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: 2.917 kj / 697 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	14,4 g
heraf mættede fedtsyrer	5,6 g
Kulhydrat	81,2 g
heraf sukkerarter	6,7 g
Protein	60,8 g
Salt	2,3 g
Kostfibre	5,5 g