



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Mezze maniche med kylling, fennikel og estragon

Det skal du bruge

½ stk løg
½ stk hvidløg solo
½ stk fennikel
200 g pasta hvid
½ pose bouillon, grøntsag
2 tsk sennep
300 g kyllingeinderfilet
1½ dl madlavningsfløde
35 g grana padano
1 drys persille, bredbladet
½ pose estragon

Du skal selv have:

Salt

Fremgangsmåde

- 1 Pil og hak løg og hvidløg. Fjern bunden af fennikel og skær i skiver.
- 2 Varm en gryde op med lidt olie. Svits løg og hvidløg i ca. 1 min.
- 3 Tilsæt fennikel, pasta, bouillon, sennep, kylling, madlavningsfløde, 4 dl vand og lidt salt. Lad det hele småkoge under låg i 15-18 min. Rør i den undervejs.
- 4 Riv grana og hak persille og estragon fint.
- 5 Vend krydderurterne i pastaen. Servér pasta retten drysset med grana på toppen.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Selleri, Sennep, Svovldioxid

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: 2.797 kJ / 669 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 11,6 g
heraf mættede fedtsyrer 4,8 g

Kulhydrat 81,4 g
heraf sukkerarter 8,4 g

Protein 59,6 g

Salt 2,6 g

Kostfibre 5,9 g