



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Linseragout med fettucine og Grana Padano

Det skal du bruge

½ stk hvidløg solo
2 stk gulerødder
1 stk tomat
½ tsk rosmarin
½ tsk timian
¼ tsk sambal oelek
½ spsk balsamico rød
½ spsk sojasauce
60 g beluga linser
1 spsk tomatpuré
½ dåse hakkede tomater
½ dl piskefløde
½ pose bouillon, grøntsag
200 g pasta frisk
25 g grana padano
1 drys persille, bredbladet

Du skal selv have:

Olivenolie, Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1 Hak hvidløg fint. Skræl gulerødder og skær i tern. Skær tomat i tern.
- 2 **Linseragout:** Kom lidt olivenolie i en gryde. Tilsæt hvidløg, gulerod, tomat, ½ tsk sukker, rosmarin, timian, salt og sambal oelek (kan udelades, hvis ikke man ønsker en stærk ret). Steg det i 1-2 min.
- 3 Tilsæt balsamico, soja, tomatpuré, hakkede tomater, 1 dl vand, fløde, bouillon og linser. Lad det småkoge i 12-15 min. **TIP:** Tilsæt evt. lidt mere vand, hvis det er ved at koge tørt. Smag til med salt og peber.
- 4 Kog fettucine i rigeligt letsaltet vand i ca. 3 min.
- 5 Riv osten på et rivejern. Hak persille og vend halvdelen i linseragout'en.
- 6 Sigt pasta og vend den i ragout'en. Drys med revet grana og resten af persillen.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Mælk, Selleri, Soja, 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: 2.509 kJ / 600 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	18,2 g
heraf mættede fedtsyrer	9,5 g
Kulhydrat	81,0 g
heraf sukkerarter	18,0 g
Protein	27,9 g
Salt	3,8 g
Kostfibre	14,6 g