



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Linguine med mexi kødsovs og gulerods-kål råkost

Det skal du bruge

200 g pasta
1 stk løg
2 fed hvidløg
300 g hakket gris & kalv
2 pakker tomatpuré
1 pose mexico mix-krydderi
½ pose oksebouillon
2 stk gulerødder
1 stk æble
100 g kålmix
1 spsk æbleeddike
1 pakke tanelli ost

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Sæt pastaen over i letsaltet vand og kog 8-12 min. efter hvor al dente du ønsker den.
- 2** **Kødsovs:** Pil løg og hvidløg og hak det fint. Varm en stegepande op med lidt olie. Læg kødet på i ét stykke og lad det stege 2-3 min. til det får lidt farve. Skil det nu fra hinanden med grydeskeen. Kom løg og hvidløg på og steg 1-2 min. Tilsæt tomatpuré, Mexico mix, bouillon, 2 dl vand, salt og peber. Kog det sammen i 5-6 min.
- 3** **Råkost:** Skræl gulerod og riv dem groft. Skær æble i tern og bland med revet gulerod og kålmix. Vend salaten med æbleeddike, lidt sukker, salt og peber
- 4** Vend pastaen med saucen, kom evt. lidt pastavand i saucen. Riv osten og drys den over retten. Servér med råkost til.

Allergener

Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, 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:	3.418 kj / 817 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	22,5 g
heraf mættede fedtsyrer	8,0 g
Kulhydrat	101,0 g
heraf sukkerarter	24,1 g
Protein	52,7 g
Salt	3,0 g
Kostfibre	9,6 g