



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Pasta pesto med rejer og hvidløgstegt squash

Det skal du bruge

200 g pasta
1 stk squash
1 fed hvidløg
170 g rejer
4 spsk grøn pesto
50 g babyspinat

Du skal selv have:

Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Sæt pastaen over i rigeligt letsaltet vand og kog 8-12 min. efter hvor al dente du ønsker den.
- 2** **Hvidløgstegt squash:** Halvér squash på langs og skær i skiver. Pil og pres hvidløg. Varm lidt olie op på en stegepande og svits hvidløg 1 min. Tilsæt squash og steg ca. 3 min. Krydr med salt og friskkværnet peber.
- 3** **Anret:** Hæld væden fra rejerne og vend dem i den nykogte pasta. Bland pesto, babyspinat og hvidløgstegt squash i og server.

Allergener

Gluten, Hvede, Krebsdyr

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: 2.669 kj / 638 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 22,7 g
heraf mættede fedtsyrer 1,9 g

Kulhydrat 75,8 g
heraf sukkerarter 6,0 g

Protein 32,6 g

Salt 3,1 g

Kostfibre 4,9 g