



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pasta med italienska vegofrikadeller i kryddig tomatsås

Vegofrikadeller

Gul lök ½ st
Vegetarisk färs 1 förp
🏠 Vitlök 1 klyfta
🏠 Ströbröd 1 msk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar
🏠 Olivolja

Tomatsås

Gul lök ½ st
Tomat 1 st
Torkad timjan 1 tsk
Krossade tomater 1 förp
🏠 Vitlök 2 klyftor
🏠 Olivolja
🏠 Tomatpuré 1 msk
🏠 Vatten 1 dl
🏠 Sambal oelek 1 tsk
🏠 Grönsaksbuljong 1 tärning
🏠 Socker 2 tsk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

Till servering

Linguine 200 g
Ruccola 30 g

1. Koka upp rikligt med lattsaltat vatten till pastakoket i punkt 5.
2. **Vegofrikadeller:** Finhacka gul lök och vitlök. Blanda med vegetarisk färs, ströbröd, lite salt och nymald svartpeppar i en bunke. Forma färsen till ca 8 små bollar.
3. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna och stek frikadellerna ca 2 min tills de fått yta och färg. Lägg frikadellerna på ett fat, spara stekpannan.
4. **Tomatsås:** Finhacka gul lök och vitlök. Tärna tomat. Hetta upp lite olivolja i den använda stekpannan. Fräs lök och vitlök ca 2 min. Tillsätt torkad timjan, tomatpuré och tärnad tomat. Låt fräsa ytterligare ca 1 min. Tillsätt krossade tomater, vatten, sambal oelek, smulad grönsaksbuljong och socker. Låt såsen sjuda på låg värme ca 10 min.
5. Koka linguine enligt anvisning på förpackningen.
6. Rör ner frikadellerna i tomatsåsen och blanda runt. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
7. Blanda ner nykokt linguine i tomatsåsen med vegofrikadellerna. Toppa med ruccola!