



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvaktarna.se



One-pot kycklingpasta med champinjoner och paprika

One-pot kycklingpasta

Bananschalottenlök 1 st
 Röd paprika 1 st
 Champinjoner 125 g
 Kycklingfilé 300 g
 Paprikapulver 1 tsk
 Chili flakes ½ tsk
 Casarecce 125 g
 Minifraiche 1 dl
 Oregano 10 g
 🏠 Vitlök 1 klyfta
 🏠 Neutral olja 1 tsk
 🏠 Salt 1 krm
 🏠 Vatten 3 dl
 🏠 Kycklingbuljong 1 tärning
 🏠 Svartpeppar

- Förberedelser:** Klyfta schalottenlök, finhacka vitlök, strimla röd paprika och kvarta champinjoner. Strimla kycklingfilé.
- One-pot kycklingpasta:** Hetta upp neutral olja i en stekgryta. Bryn kycklingstrimlorna ca 3 min runt om och krydda med salt. Rör ner schalottenlök, röd paprika och champinjoner, bryn ytterligare ca 3 min. Tillsätt vitlöken och bryn den under omrörning ca 30 sek. Krydda med paprikapulver och chili flakes.
- Tillsätt vatten och smulad kycklingbuljong. Blanda ner casarecce, koka upp och sjud under lock ca 15 min, tills pastan är klar. Tillsätt eventuellt lite mer vatten efterhand när buljongen kokat in.
- Plocka blad från oregano. Blanda ner minifraiche och låt allt bli varmt. Smaka av med lite paprikapulver, salt och nymald svartpeppar.
- Servera one-pot kycklingpasta i djupa tallrikar och toppa med oregano.

🕒 30 - 40 min 👤 2 PORTIONER 📅 Kyckling - bra att laga tidigt i veckan!

Points®värde per portion

10