



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



Notera att ingredienser kan variera från receptbilden

🕒 25 - 35 min 👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

16

Chili con pasta

Chili

Gul lök 1 st
Röd paprika 1 st
Nötfärs 250 g
Chipotlekrydda 1 tsk
Krossade tomater 1 förp
🏠 Neutral olja 1 tsk
🏠 Salt ¼ tsk
🏠 Köttbuljong ½ tärning
🏠 Svartpeppar

Till servering

Mezze maniche rigate
125 g

1. Koka upp rikligt med lättsaltat vatten i en kastrull till pastakoket i steg 4.
2. **Förberedelser:** Hacka gul lök och tärna röd paprika.
3. **Chili:** Hetta upp neutral olja i en rymlig stekgryta. Bryn nötfärs och gul lök ca 5 min, krydda med salt och chipotlekrydda (efter egen smak). Tillsätt röd paprika och fräs ytterligare ca 2 min. Blanda ner krossade tomater och smulad köttbuljong. Koka upp och sjud ca 10 min, eller till servering.
4. Koka pasta enligt anvisning på förpackningen.
5. Blanda ner avhållad pasta i chilin och smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.