



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



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 20 - 30 min 👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

15

Tacopasta med nötfärs och jalapeño- och fetaosttopping

Pasta

Mezze maniche rigate
125 g

Tacokryddad pastasås

Gul lök 1 st
Jalapeño ½ st
Nötfärs, (5%) 250 g
Vitlök 2 klyftor
Tomatpuré 1 msk
Spiskummin 1 förp
Paprikapulver 1 tsk
Krossade tomater 1 förp
Kycklingbuljong 1 påse
🏠 Neutral olja 1 tsk
🏠 Vatten 1 dl
🏠 Salt ½ tsk

Topping

Tomat 1 st
Fetaost 100 g
Jalapeño ½ st
Koriander 20 g

- 1. Pasta:** Koka upp rikligt med lättsaltat vatten i en kastrull till pastakoket i steg 3.
- 2. Tacokryddad pastasås:** Hacka gul lök och finhacka jalapeño (tänk på att färsk chili varierar i styrka).
- 3. Pasta:** Koka mezze maniche enligt anvisning på förpackningen.
- 4. Tacokryddad pastasås:** Hetta upp neutral olja i en rymlig stekpanna och fräs nötfärs, ca 5 min. Tillsätt gul lök, jalapeño, pressad vitlök och tomatpuré, fräs ytterligare ca 1 min. Krydda med spiskummin och paprikapulver. Blanda ner krossade tomater, vatten, kycklingbuljong och salt. Koka upp och sjud ca 5 min.
- 5. Topping:** Tärna tomat och fetaost. Skiva jalapeño tunt (efter egen smak). Lägg allt i en skål och blanda ner koriander.
- 6.** Häll tillbaka avhållad pasta i kastrullen och blanda ner pastasåsen. Servera i djupa tallrikar och toppa med fetaosttoppingen.