



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 avvika från receptbilden

🕒 30 - 40 min 👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

12

Pasta alla norma med mozzarella och färsk oregano

Rostad aubergine

Aubergine 2 st

🏠 Bakplåtspapper 1 st

🏠 Olivolja 1 msk

🏠 Salt ½ tsk

Tomatsås

Gul lök 1 st

Tomatpuré 1 förp

Vitlök 2 klyftor

Kons. körsbärstomater 1 förp

🏠 Olivolja 1 tsk

🏠 Salt 2 krm

🏠 Svartpeppar

Till servering

Mezze maniche rigate

125 g

Mozzarella, (62,5 g) ½ förp

Oregano 20 g

Citron ½ st

Chili flakes ½ tsk

Ruccola 30 g

🏠 Salt

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).

2. **Rostad aubergine:** Skär aubergine i ca 2x2 cm stora bitar. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med olivolja och salt. Rosta högt upp i ugnen ca 20 min, tills auberginen har fått fin färg. Rör om efter halva tillagningstiden.

3. **Tomatsås:** Finhacka gul lök. Hetta upp olivolja i en stekgryta. Fräs gul lök på medelvärme ca 3 min. Tillsätt tomatpuré och pressad vitlök, fräs ytterligare ca 1 min. Rör ner konserverade körsbärstomater och låt sjuda under lock ca 20 minuter. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar.

4. Koka pasta enligt anvisning på förpackningen. Spara ca 1 dl av pastavattnet när du håller av pastan.

5. Bryt mozzarella i mindre bitar. Plocka bladen från oregano. Skölj citron i ljummet vatten och finriv skalet.

6. Vänd ner avhållad pasta, pastavatten, aubergine, mozarellabitar, rivet citronskal och oreganoblad i tomatsåsen. Smaka av med lite salt och chili flakes (efter egen smak).

7. Klyfta den använda citronen. Servera pasta alla norma med ruccola och citrunklyftor.