



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



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 20 - 30 min 👤 2 PORTIONER

Points® värde per portion **14**

Fläskkotlett med krämig pastasallad

Pastasallad

Mezze maniche rigate
125 g
Minifraiche 1 dl
Majonnäs 1 msk
Persillade ½ påse
Vitlök ½ klyfta
Tomat 1 st
Sockerärter 1 förp

Fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g
Mexikansk grillkrydda ½
förp
🏠 Flytande margarin 1
tsk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

1. Koka pasta enligt anvisning på förpackningen. Häll av och spola kallt.
2. **Pastasallad:** Blanda minifraiche, majonnäs, persillade och pressad vitlök i en salladskål. Rör ner den kalla, avrunna pastan.
3. Tärna tomat och strimla sockerärter. Blanda ner allt i salladsskålen.
4. **Fläskkotlett:** Skär bort ev fettkant på fläskkotletten. Skär sedan köttet i jämntjocka skivor. Hetta upp flytande margarin i en rymlig stekpanna och stek köttet ca 3 min per sida tills det är helt genomstekt. Krydda med mexikansk grillkrydda, lite salt och nymald svartpeppar.
5. Servera grillkryddad fläskkotlett med krämig pastasallad.