



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

12

Spaghetti med kalkonbacon och champinjoner

Pastasås

Kalkonbacon 100 g
Gul lök 1 st
Champinjoner 200 g
Röd paprika 1 st
Örtmix ½ förp
Vitlök 2 klyftor
Milda mat 4% 1¼ dl
Kycklingbuljong ½ påse
🏠 Flytande margarin
½+1½ tsk
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

Till servering

Spaghetti 125 g
Chili flakes

- 1. Förberedelser:** Strimla kalkonbacon. Hacka gul lök. Skiva champinjoner och strimla röd paprika.
- 2.** Koka spaghetti enligt anvisning på förpackningen. Spara ca 2 dl av pastavattnet när du håller av pastan.
- 3. Pastasås:** Hetta upp ½ tsk flytande margarin och stek kalkonbacon tills det har fått lite fin färg, ca 3 min. Lägg upp på en tallrik. Spara stekpannan.
- 4.** Hetta upp 1½ tsk flytande margarin i den använda stekpannan. Stek lök, svamp och paprika, tills svampen fått färg och paprikan mjuknat. Krydda med lite salt och örtmix.
- 5.** Tillsätt pressad vitlök och fräs ytterligare ca 30 sekunder. Lägg tillbaka kalkonbacon i stekpannan med grönsakerna. Blanda ner Milda mat, och kycklingbuljong. Låt det sjuda ca 3 min. Smaka av med lite salt och svartpeppar.
- 6.** Blanda ner lite av pastavattnet och rör runt till en krämig sås.
- 7.** Servera spaghetti med pastasåsen i djupa tallrikar. Toppa med chili flakes efter egen smak.