



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING



# Linguine med mexi kødsovs og gulerods-kål råkost

## Det skal du bruge

200 g pasta  
1 stk løg  
2 fed hvidløg  
300 g hakket gris & kalv  
2 pakker tomatpuré  
1 pose mexico mix-krydderi  
½ pose oksebouillon  
2 stk gulerødder  
1 stk æble  
100 g kålmix  
1 spsk æbleeddike  
1 pakke tanelli ost

## Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

## Fremgangsmåde

- 1** Sæt pastaen over i letsaltet vand og kog 8-12 min. efter hvor al dente du ønsker den.
- 2** **Kødsovs:** Pil løg og hvidløg og hak det fint. Varm en stegepande op med lidt olie. Læg kødet på i ét stykke og lad det stege 2-3 min. til det får lidt farve. Skil det nu fra hinanden med grydeskeen. Kom løg og hvidløg på og steg 1-2 min. Tilsæt tomatpuré, Mexico mix, bouillon, 2 dl vand, salt og peber. Kog det sammen i 5-6 min.
- 3** **Råkost:** Skræl gulerod og riv dem groft. Skær æble i tern og bland med revet gulerod og kålmix. Vend salaten med æbleeddike, lidt sukker, salt og peber
- 4** Vend pastaen med saucen, kom evt. lidt pastavand i saucen. Riv osten og drys den over retten. Servér med råkost til.

## Allergener

Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Svovldioxid

## Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

## Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.418 kj / 817 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	22,5 g
heraf mættede fedtsyrer	8,0 g
Kulhydrat	101,0 g
heraf sukkerarter	24,1 g
Protein	52,7 g
Salt	3,0 g
Kostfibre	9,6 g