Tagliatelle Toscana-style

med zucchini, vitlök och basilika

35-45 minuter

E

Paprika

Zucchini

Rödlök

Tagliatelle

Citron

Vitlöksklyfta

Riven Hårdost

Basilika

Panko Ströbröd

Tomatsås

Grönsaksbuljong

Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter.

Köksredskap

Skärbräda, stekpanna, kastrull, bakplåt, rivjärn, skålar

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja

Ingredienser

	2 Pers.	4 Pers.
Rödlök	1 st	1 st
Röd paprika	1 st	2 st
Zucchini	½ st	1 st
Tagliatelle **8) 13)**	250 g	500 g
Citron	½ st	1 st
Vitlöksklyfta	2 st	3 st
Basilika	1 påse	1 påse
Panko strö bröd **13)**	30 g	50 g
Riven hårdost **7)**	20 g	40 g
Tomatsås **14)**	1 paket	2 paket
Grönsaksbuljong **10)**	4 g	8 g
Salt, Peppar*, Olivolja**	efter smak & behov	

* *Skafferivaror*

Näringsvärde *(Beräknat på otillagade ingredienser)*

	Per 100 g	Per portion 569 g
Energi	440 kj/105 kcal	2502 kj/598 kcal
Fett	2 g	11 g
Varav mättat fett	1 g	4 g
Kolhydrat	17 g	95 g
Varav sockerarter	4 g	21 g
Protein	4 g	22 g
Fiber	2 g	9 g
Salt	½ g	3,0 g

Allergener

7) *Mjölk* **8)** *Ägg* **10)** *Selleri* **13)** *Gluten* **14)** *Sulfiter*

Läs alltid på produktetiketten för den senaste informationen om allergener. Observera att näringsinformationen på receptkortet kan komma att ändras om ingredienser har bytts ut eller förändrats.

Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | **hej@hellofresh.se**

2021-V03

1

Förbered grönsaker

Sätt ugnen på 220°/200°C varmluft. Koka upp **lättsaltat vatten** i en stor kastrull.

Dela **rödlök** i 1 cm breda klyftor. Kärna ur och skiva **paprika** tunt. Skär **zucchini** [½ st, 2 pers] i tunna halvmånar.

Placera **rödlök**, **paprika** och **zucchini** på en plåt med bakplåtspapper. Ringla över **olivolja***, och krydda med **salt*** och **peppar***. Rosta i ugnen, 15-20 min.

2

Koka pasta

Tillsätt **tagliatelle** i kastrullen med kokande vattnet. Koka i 3-4 min.

Spara lite av **pastavattnet*** [½ dl, 2 pers | 1 dl, 4 pers] innan du häller av **pastan**.

Häll tillbaka **pastan** i kastrullen tillsammans med en skvätt **olivolja*** och sätt åt sidan under lock.

3

Riv citron

Finriv **citronzest**.

Finhacka **vitlök** och **basilikablad** (spara några blad till garnering).

4

Laga pangrattato

Hetta upp en skvätt **olivolja*** i en stor stekpanna på medelhög värme. Stek **panko** och **riven hårdost** under omrörning tills gyllene, ca 2 min.

Tillsätt **citronzest** och **hälften** av **vitlöken**. Stek i 1 min. Krydda med en nypa **salt*** och **peppar***. Sätt åt sidan i en skål.

TIPS: *Krydda med extra citronzest efter smak.*

5

Sjud tomatsås

Hetta upp en ny skvätt **olivolja*** i stekpannan på medelhög värme. Tillsätt **tomatsås**, **grönsaksbuljong**, **sparat pastavatten*** och resterande **vitlök**. Smaksätt med en nypa **salt*** och **peppar***.

Låt såsen sjuda i 3-5 min. Ta av stekpannan från värme och rör i **basilika** och **tagliatelle**.

TIPS: *Häll i en extra skvätt vatten om såsen blir för tjock.*

6

Servera

Fördela **tagliatellen** och **tomatsåsen** mellan era skålar.

Toppa med **rostade grönsaker**, **basilika**, **citron-** och **vitlökspangrattato**.

Smaklig måltid!

Hello zucchini!

Eller var det Squash eller Courgette? Det är faktisk en och samma minipumpa fast på olika språk.