



KOORENE PASTA KANA, PÄIKESEKUIVATATUD TOMATITE, BROKOLI JA KREEKA PÄHKLITEGA

Retsept:

Valmistamine

Kalla kastrulisse vesi, lisa meresool ja aja keema. Lisa keevasse vette pasta ja keeda keskmisel kuumusel 6–7 minutit. Nõruta valminud pasta veest ja jäta ootele. Tükelda kana, haki päikesekuivatatud tomatid ja poolita brokoliõisikud. Võta pann, lisa õli ja kuumuta. Lisa kuumale pannile kanafilee ja prae kuldseks. Seejärel lisa päikesekuivatatud tomatid, brokoli ja Kreeka pähklid ning prae neid kergelt kuumal pannil. Kalla pannile 100 ml vahukoort ja keera kuumus pliidil väiksemaks. Hauta kaane all pastakastet paar minutit, kuni näed, et kaste hakkab paksenema. Seejärel keera kuumus pliidilt lõplikult maha, lisa valmiskeedetud pasta ja peotäis riivitud parmesani juustu. Vahetult enne serveerimist sega pannil olevaid komponente. Soovi korral võid lisada serveerimisel pastale veel veidi juustu.

- 180 g ökoloogilist Veski Mati Fusilli pastat
- 100 ml 35%-list laktoosivaba vahukoort
- 120 g jahutatud kanafilee
- 4 väiksemat brokoliõisikut
- 3 päikesekuivatatud tomatit õlis
- peotäis Kreeka pähkleid
- peotäis riivitud parmesani juustu
- õli praadimiseks
- meresoola