



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Cremet svampefettuccine med gris og grønkål

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

Grøntsager og kød

100 g champignoner
300 (450)* g strimler af skinkeinderlår
½ pose timian
100 g snittet grønkål
½ spsk olivenolie ^b

Sauce

1½ dl piskefløde
½ pose grøntsagsbouillon
½ spsk sojasauce
½ spsk sennep
½ spsk olivenolie ^b
½ spsk mel* ^b
1 tsk sukker ^b

Pasta

200 g frisk pasta

Det skal du selv have

olivenolie ^b
salt ^b
peber ^b
mel* ^b

^b basisvare

1. Bring en gryde med rigeligt letsaltet vand i kog.
2. **Grøntsager og kød:** Skær imens champignon i kvarte. Krydr kødet med timian, salt og peber.
3. **Grøntsager og kød, fortsættelse:** Varm en stegepande op med olivenolie. Steg kødet ved høj varme i 2 min. Kom grønkål på og steg 1 min. Læg kødet og grønkål på et fad og sæt det til side. Brug panden igen.
4. **Sauce:** Varm olivenolie op i panden. Steg champignonerne ved høj varme i ca. 4 min. Sænk til middelvarme, tilsæt mel og rør rundt. Tilsæt fløde lidt ad gangen, kom bouillon, soja, sennep og sukker i. Kog i 3 min. Smag til med salt og peber.
5. **Pasta:** Kog pastaen 3-4 min. efter hvor al dente du ønsker den. Hæld vandet fra, men gem lidt til saucen.
6. **Servering:** Bland kødet og grønkål med saucen og kog det i 2 min. Kom 1 spsk af kogevandet i saucen. Kom pastaen ved og vend det godt rundt.