



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Fullkornspasta og kremet kjøttdeig med spinat, stekt squash og chiliflakes

## Kremet saus og squash

1 stk grønn squash  
50 g spinat  
½ stk sitron  
½ pakke crème fraîche  
1 dl pastavann <sup>B</sup>

## Pasta

200 g fullkornslinguine

## Kjøttdeig

275 g kjøttdeig  
½–1 pakke urtemiks

## Til servering

½–1 pakke chiliflak  
½ stk sitron

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

**1. Kremet saus og squash:** Skyll squashen, spinaten og sitronen. Kutt squashen i lange, tynne bånd med en skreller eller ostehøvel. Legg spinatbladene oppå hverandre, og kutt dem i tynne strimler. Finriv skallet av sitronen (kun det gule) på et rivjern, og spar det til topping i en skål.

**2. Pasta:** Tilbered pastaen som anvist på pakken. Ta vare på 1 dl av kokevannet før pastaen siles.

**3. Kjøttdeig:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 2 minutter på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter, og stek den til den er gjennomstekt. Krydre med urtemiksen, og ha kjøttdeigen over i en skål.

**4. Kremet saus og squash, fortsettelse:** Varm opp stekepannen fra forrige punkt til høy varme, og ha i litt ny olje om det trengs. Stek squashskivene under omrøring i omtrent 1 minutt. Skvis over litt saft fra sitronen, og krydre med salt og pepper. Ha squashen over i en serveringsskål. Ha crème fraîche, pastavannet fra steg 2 og buljongen i stekepannen, og gi det hele et oppkok. Skru ned til lav varme, vend inn spinaten og kjøttdeigen, og smak til med litt salt og pepper.

**5. Til servering:** Topp pastaen med den kremede sausen, squashskivene, sitronskallet og ønsket mengde av chiliflakene.



## TIPS!

Man kan også kutte squashen i små terninger og steke den sammen med kjøttdeigen.