



Pastasalat med tangpesto

Ingredienser:

1 glas Tangpesto
500 gram pastaskruer eller lignede
200 gram grønne bønner (haricots vertes)
300 gram broccoli (evt. med stok)
2 tomater
25 gram saltede mandler
Salt og peber



Fremgangsmåde:

Pastaen koges efter anvisningen på emballagen, ca. 1 liter af vandet gemmes og bruges til at dampe bønner og broccoli i ca. 3 min. Gem yderligere 1,5 dl af kogevandet til senere brug.

Pastaen, bønner, broccoli og pestoen blandes i en gryde og dampes i ca. 2 min. I de 1,5 dl kogevand.

Tomaterne skæres i både, saltmandlerne hakkes groft, og det hele blandes i gryden.

Ønsker man at tilsætte lidt kød til retten kan det anbefales at anvende kyllingefilet.

2. spsk. tangolie hældes på en pande og varmes op.

Kyllingefilet skæres i tern og gennemsteges på panden i den varme olie, til det er gennemstegt og gyldne i kanten, tilsæt salt, peber og hvidløgsgranulat efter behov.

Serveres med koldthævet tangbrød eller boller.

Velbekomme 😊

