Tekvicové cestoviny

Recepty

Bezmäsité

Na každý deň

40 min

2



0.3

4

Budete potrebovať

tekvica Hokkaido	polovica menšej
červená cibuľa	1
cesnak	1
tymian	2 vetvičky
mletá rasca Vitana	1/2 ČL
muškátový orech	štipka
smotana na šľahanie	100 ml

parmezán	50 g
obľúbené cestoviny	cca 300 g
voda z cestovín	100 ml

Príprava receptu

Z tekvice vyberieme jadierka a nakrájame ju na mesiačiky.

Cibuľu nakrájame na štvrťky a cesnak prekrojíme na polovicu.

Všetku zeleninu uložíme na plech, prelejeme olivovým olejom, osolíme a vložíme tymian.

Pečieme v rúre vyhriatej na 200 stupňov domäkka.

Cestovinu medzitým uvaríme v osolenej vode a odložíme si 100 ml vody z cestovín bokom.

Zeleninu premiestnime do mixéra, cesnak vytlačíme, pridáme rascu, muškátový oriešok, vodu z cestovín a vymixujeme dohladka.

Omáčku vmiešame do cestovín. Vlejeme smotanu na šľahanie, pridáme parmezán a chvíľu povaríme.

Dosolíme podľa potreby.



Rasca mletá



Muškátový oriešok