



Елда със зеленчуци и сос Болонезе

Съставки

- 200 г елда
- 1 MAGGI® Идея за Спагети Болонезе 50г
- 1 зелена чушка
- 1 червена чушка
- 1 морков
- 1 глава лук
- 5 гъби пачи крак
- 2 скилидки чесън
- 1 с.л. зехтин
- 1 щипка чубрица

Указания

1. Нарезете гъбите, морковите и чушките на ситни кубчета. Лукът и чесънът също се нарязват и всички зеленчуци се смесват в една купа.
2. Загрейте зехтин в тиган и добавете зеленчуците. Задушете докато омекнат.
3. Сварете елдата в 500 мл вода.
4. Разтворете MAGGI® Малки тайни спагети Болонезе според указанията на опаковката и добавете към зеленчуците в тигана. Гответе няколко минути, докато сосът се сгъсти.
5. Отцедете сварената елда и добавете към нея готовия сос със зеленчуци. Поръсете по желание с чубрица и поднесете ястието топло на любимите си хора.

Въглехидрати	48.21 g
Енергия	265.21 kcal
Мазнини	5.7 g
Протеин	8.58 g

4 порции