



Паста с тиквички

Съставки

- 500 г паста
- 500 г тиквички
- 1 кафена чаша готварска сметана
- 4 скилидки чесън
- 4 листа босилек
- 1 щипка сол

Указания

1. Пастата се сварява според указанията на опаковката, след което се измива и оставя в студена вода, докато се приготви сосът. Част от горещата вода се запазва за соса.
2. Тиквичките се нарязват на едро и се запържват с малко счукан чесън. Щом станат златисти, се добавя сметаната и малко вода (горещата вода от спагетите) и се разбърква добре. След малко се прибавя и отцедената паста и се разбърква добре. Готви се още 3-4 минути, докато сосът се сгъсти съвсем.
3. Овкусява се със сол, черен пипер и пресен босилек.

🕒 28 мин.

⊕ 4 порции

Въглехидрати	100.25 g
Енергия	549.27 kcal
Мазнини	10.51 g
Протеин	23.09 g