Паста със запържени аспержи в лайм-чили холандез сос

Съставки

- 500 г зелени аспержи
- 20 г шалот
- 1 червена люта чили чушка
- 20 г масло
- 250 мл вода
- 1 опаковка THOMY Hollandaise сос, тетрапак, 250 ml
- 400 г пресни талиатели
- 1 лайм (необработен)
- 0.5 ч.л. сол
- 0.5 ч.л. черен пипер

Указания

1. Измийте аспержите, при необходимост обелете долната трета и ги нарежете диагонално на тънки парчета. Обелете шалота и го нарежете на кубчета. Измийте лютивата чушка, отстранете семките и бялата вътрешна ципа и я нарежете на малки кубчета.

2. Загрейте маслото. Запържете аспержите, шалота и чилито в него. Подправете със сол и черен пипер. Свалете тигана от огъня. Добавете водата, разбъркайте соса THOMY Hollandaise и оставете да заври.

3. Добавете талиателите и загрейте. Изстискайте 1 с.л. сок от лайм, настържете 1 чаена лъжичка кора и добавете към пастата с аспержи.

30 мин.

4

Въглехидрати	82.76 g
Енергия	526.89 kcal
Мазнини	17.54 g
Протеин	17.41 g