Pasta primavera



Ingredienser

♥ 100 g erter (friske eller frosne)
♥ 150 g sukkererter
♥ 250 g grønne asparges
♥ 50 g smør
♥ 2 fedd hvitløk
♥ 250 g squash
♥ 2 vårløk
♥ 20 g frisk gressløk
♥ 20 myntеblader (eller frisk basilikum, se tips)
♥ 1,5 dl kremfløte
♥ 1 dl crème fraîche
♥ kvernet salt og pepper
♥ 300 g tagliatelle (eller annen pasta)

Servering:
♥ 50 g parmesan

Fremgangsmåte

Ha erter i en kjele (de kan godt være frosne). Skjær av enden på aspargesene og kutt dem i to eller tre biter. Skjær endene av sukkerertene og skjær dem over på midten. Ha asparges og sukkerertene i kjelen. Hell kokende varmt vann i kjelen og la erter, asparges og sukkerter forvelles i det kokende varme vannet i noen minutter så bitene mykner. Hell så av vannet.

Finn frem en stekepanne med litt høye kanter. Ha smør i pannen sammen med fint hakket hvitløk, hakket vårløk, squash som er kuttet i mindre biter og frisk gressløk. Stek dette på middels varme i noen minutter.

Ha så de forvellede ertene, asparges og sukkertene i pannen. Tilsett også mynteblader (eller eventuelt basilikumblader, se tips). Ha kremfløte og crème fraîche i pannen. Varm dette sammen i et par minutter. Smak til med salt og pepper.

Sett tagliatelle (eller annen pasta) på koking i godt saltet, kokende varmt vann, etter anvisning på pakken.

Når pastaen er nesten ferdigkokt, løftes den over i pannen. Vend det hele godt sammen og la småkoke i et par minutter. Juster tykkelsen på fløtesausen ved å tilsette litt og litt av pastavannet.

Serveres varm og nylaget med flak av fersk parmesan.

Tips

♥ Som nevnt kan du variere type grønnsaker du bruker. Det må ikke absolutt bare være grønne grønnsaker, så du kan også tilsette for eksempel halve cherrytomater, gulrøtter kuttet i små staver, paprika i biter osv.

♥ Jeg synes at mynteblader gir en herlig, frisk smak på denne pastaretten, men det er viktig å ikke bruke for mye. Smaken av mynte skal friske opp litt, men ikke være for dominerende. I stedet for frisk mynte kan du gjerne bruke frisk basilikum.

♥ Du kan smake til pastaretten med en skvis sitron hvis du liker det.

♥ Du kan bruke ferskrevet parmesan eller lage tynne parmesanflak ved hjelp av en ostehøvel eller potetskreller.

♥ Pasta primavera skal opprinnelig være vegetarisk, men det er likevel mange som liker å tilsette for eksempel litt stekt bacon eller strimler av kokt skinke.

♥ Pasta primavera smaker best fersk og nylaget!

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/pasta-primavera