



Penne s cuketou

Ingrediencie

- 2 lyžičky MAGGI Tekuté korenie
- 300 g Cuketa
- 1 kus mladá karotka
- 1 kus cibuľa
- 2 lyžice maslo
- 100 ml Smotana
- 1 lyžička citrónová šťava
- 300 g cestoviny
- 1 lyžica petržlenová vňať
- 1 zväzok rukola
- 2 kusy sušené paradajky
- 100 g syr feta
- 1 štipka soľ

Postup

1. Cuketu a karotku nakrájajte na polkolieska.
2. Cibuľu nasekajte, nechajte zosklovatieť na panvici s rozohriatym maslom a potom pridajte cuketu a karotku. Všetko duste asi 5 minút.
3. Dochuťte univerzálnym korením MAGGI Tekutým korením a citrónovou šťavou zmiešanou so smotanou.
4. Cestoviny uvarte vo veľkom množstve osolenej vody a zmiešajte ich s omáčkou.
5. Pridajte rukolu, nasekané sušené paradajky a rozdrobený syr. Premiešajte.
6. Posypte nasekanou petržlenovou vňaťou.
7. Ihneď podávajte

30

4

sacharidy	67.74 g
energie	519.49 kcal
tuky	19.56 g
proteín	18.59 g