

4
aterian
boksi



Mehevä broileri-pastavuoka

4 HENKEÄ



Italialaiset kutsuvat tätä uuniruokaa Palermon pastaksi.

1 RS BROILERIN FILEESUIKALEITA
1 RKL ÖLJYÄ
1 PARSAKAALI
1 VALKOSIPULINKYNSI
½ TL SUOLAA
½ TL MUSTAPIPPURIA
1 TL CURRYJAUHETTA
1 TL KUIVATTUA OREGANOAA
1 RKL TOMAATTIPYREETÄ
1 RKL VEHNÄJAUHOJA
1 PRK RUOKAKERMAA
2 DL VETTÄ
1 KANA-ANNOSFONDI
½ PSS KEVÄTSIPULIA
1 PSS JUUSTORAASTETTA
400G PUTKIPASTAA

Lisäksi:

4 APPELSIINIA

1.

Kuumenna uuni 225 asteeseen ja laita vesi kiehumaan pastaa varten. Voitele uunivuoka kevyesti öljyllä.

2.

Kuori ja hienonna valkosipulinkynsi sekä suikaloi kevätsipuli. Huuhtele parsakaali ja leikkaa nupuiksi.

3.

Keitä pasta pakkauksen ohjeen mukaan, mutta keitä n. 2 minuuttia alle ohjeistetun keittoajan. Valuta hyvin.

4.

Kuumenna paistinpannu ja öljy. Ruskista broilerinsuikaleet öljyssä. Lisää parsakaalit ja valkosipuli pannulle. Jatka paistamista hetki. Mausta suolalla, mustapippurilla, curryjauheella, oreganolla ja tomaattipyreellä. Sekoita joukkoon myös vehnäjauhot.

5.

Lisää pannulle myös ruokakerma, vesi, kana-annosfondi ja kevätsipulit sekä kiehauta.

6.

Sekoita pasta ja broilerikastike uunivuokaan. Ripottele pinnalle juustoraaste ja paista uunissa noin 20 minuuttia.

7.

Nauttikaa jälkiruoaksi appelsiinit.



50min.

Vinkki! Voit halutessasi maustaa pastavuon chilillä tai vaikkapa fenkolinsiemenillä.