



Tomaattinen nyhtökaurapasta



Nyhtökaurasta syntyy maukas ja nopea pasta.

1 PKT NYHTÖKAURAA
1 RKL ÖLJYÄ
1 SIPULI
1 VALKOSIPULINKYNSI
1 PAPRIKA
1 TLK TOMAATTIMURSKAA
1 DL VETTÄ
RIPAUS KUIVATTUA BASILIKAA
RIPAUS SUOLAA JA MUSTAPIPPURIA
1 PRK KAPRIKSIA
½ RUUKKU PERSILJAA
1 PKT PASTAA
1 PS PARMESANRAASTETTA

1.

Laita vesi kiehumaan pastaa varten. Kuori ja viipaloi sipulit sekä suikaloi paprika. Hienonna persilja.

2.

Keitä pasta pakkauksen ohjeen mukaan. Kuumenna paistinpannu ja paista nyhtökauraa öljyssä. Lisää kasvikset ja jatka paistamista hetki. Lisää tomaattimurska, huuhtaise tölkki vedellä ja pyöräytä mukaan. Mausta suolalla, pippurilla ja basilikalla. Hauduta sen aikaa, että pasta kypsyy.

3.

Valuta pasta ja sekoita kastikkeen joukkoon. Lisää myös valutetut kaprikset, hienonnettu persilja ja viimeistelemme parmesaanilla.



25min.