

## INGREDIENSER

1 pakke Hälsans Kök Plant-based balls  
400 g gresskar  
150 g zucchini  
1 løk  
1 fedd hvitløk  
1 stor tomat  
olivenolje til steking  
1 ss tomatpuré  
200 g pasta  
1 klype salt  
1 klype sort pepper  
2 kvister fersk timian  
½ sitron  
125 g revet vegansk ost

SERVING  2 PORSJONERVARIGHET  40 MINVANSKELIGHETSGRAD   
UTFORDRENDE

Smak på denne deilige pastaen laget med Hälsans Kök plant-based balls, som er den perfekte komfortmaten for de kalde dagene!

## FREMGANGSMÅTE

**1. Skrell og kutt gresskaret**

Skrell gresskaret og skjær den i terninger. Kok halvparten av gresskarternene i vann og en klype salt til de er møre.

**2. Kutt grønnsakene**

Skjær zucchinien i terninger og hakk løk og hvitløk. Skjær tomaten i terninger. Fjern timianbladene fra kvistene og finhakk dem.

**3. Kok pasta og steke grønnsaker**

Kok pastaen etter anvisningen på pakken og forvarm ovnen til 200 °C. Stek løk, hvitløk og timian med de resterende terningene av gresskar og zucchini i litt olivenolje. Sett lokk på kjelen og la det småkoke i ca 10 minutter.

**4. smak til med sitronskall og krydder**

Riv sitronen på toppen. Tilsett tomatpuré og tomat i terninger. Stek en stund og smak til med salt og pepper.

**5. Hell av og bland gresskaret**

Tøm det kokte gresskaret. Bland fint med mikseren og vend inn gresskar-succhiniblandingen. Tilsett nå den kokte pastaen. Tilsett eventuelt mer gresskar for å gjøre det mer flytende

**6. Stek vegetarbollene og sett sammen retten**

Ha litt olivenolje i en stekepanne og stek bollene i noen minutter. Hell pastablandingen i en ildfast form og fordel bollene på toppen. Dryss over litt vegansk ost og la det steke i ca. 5 minutter i ovnen til osten er smeltet.

**SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO**