

INGREDIENSER

300 gram Hälsans Kök Ovo-vegetarian Grilled Fillets

150 g tagliatelle pasta

160 g kastanjesopp, vasket og skåret i skiver

160g pose rucola, spinat eller lignende salat

4 ss vegansk myk ost alternativ

4 ss melkealternativ

2 fedd hvitløk

håndfull frisk persille, hakket

1 ts olivenolje

SERVING  2 PORSJONER

VARIGHET  19 MIN

VANSKELIGHETSGRAD  LETT

Kylling og sopp har vært en klassisk kombinasjon så lenge vi kan huske - prøv vår plantebaserte versjon her laget med våre utrolige Helsekjøkken Ovo-Vegetar-fileter.

FREMGANGSMÅTE

1. Kok pastaen

Kok pastaen etter anvisning på pakken.

2. Stek "kyllingbrystet".

Varm oljen i en stekepanne og stek Hälsans Köks Ovo-vegetariske fileter med soppen i 5 minutter, snu alt ofte til det er brunt og varmt. Tilsett hvitløken og stek i et minutt til.

3. Lag sausen

Pisk kremosten i en liten bolle, tilsett melkealternativet gradvis til sausen er jevn. Tilsett en god klype sort pepper, hell deretter i pannen med bryst og sopp, bland godt for å blande smakene.

4. Server opp

Tøm pastaen, men hold noen spiseskjeer av det stivelsesholdige pastavannet i en egen kopp. Kle pastaen med litt olivenolje og legg på tallerkenene. Ha "kylling"-brystene tilbake i sausen med litt av pastavannet, bland alt sammen. Hell brystene og soppen over den varme pastaen. Topp med persillen og server med den pepperaktige rucolasalaten.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO