



Ingredience

- NIKAL Přírodní olivový olej Extra
- NIKAL Pesto houbové
- 1 svazek zeleného chřestu
- 8 vlašských ořechů
- 1 svazek rukoly
- 400 g těstoviny penne

Penne s houbovým pestem, chřestem a rukolou



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 45 minut.

Příprava:

Odřízněte pevné konce zeleného chřestu (1 svazek) a nařežte chřest na kousky dlouhé asi 3 cm. Chřestové kousky uvaříte ve vroucí osolené vodě, až jsou měkké nechte odkapat v sítu. Ochladte studenou vodou.

Ořechy nakrájejte na kousky, rukolu očistěte. Uvařte 400 g těstoviny ve vroucí osolené vodě a slijte.

Ve velkém hrnci zahřejte 2 lžíce **NIKAL Přírodního olivového oleje Extra** a orestujte krátce chřest. Přidejte teplé penne a 4 lžičky **NIKAL Pesta houbového**.

Přidejte rukolu a servírujte v hlubokých talířích. Ozdobte ořechovými jádry a ihned podávejte.

TIP: Místo zeleného chřestu je pro přípravu tohoto pokrmu vhodný také chřest bílý a pečená cuketa nebo čerstvé houby.

Všechny produkty **NIKAL** si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 19,3 g tuk • 73,1 g sacharidy • 18,3 g bílkoviny
9,7 g vlákniny • Energetická hodnota 552 kcal