



Ingredience

- NIKAL Přírodní olivový olej EXTRA
- NIKAL Rajská omáčka
- 3 řapíkaté celery
- 3 mrkve
- 12 vlašských ořechů
- 600 ml vody
- 500 g tagliatelle
- sůl
- 2 lžičky jemně nasekané petrželky
- 60 g čerstvě nastrohaného parmazánu

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.

Tagliatelle s rajskou omáčkou a vlašskými ořechy



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 25 minut.

Příprava:

Očistíte 3 řapíkaté celery a oškrábeme 3 mrkve. Celer nakrájíme na proužky velké asi 1 cm a mrkve na kostičky. Oříšky nasekáme na jemno.

Ve velkém hrnci zahřejeme 1 lžičku **NIKAL Přírodního olivového oleje**, lehce orestujeme nakrájenou zeleninu a zalijeme 600 ml vody. Přivedeme k varu a vaříme asi 3 minuty. Přimícháme metličkou na sníh 50 g **NIKAL Rajské omáčky** a krátce povaříme.

V osolené vodě uvaříme 500g tagliatelle, slejeme a necháme okapat. Dáme do mísy a přidáme rajskou omáčku, jemně nasekané oříšky a petrželku. Lehce promícháme.

Servírujeme na talíři pro těstoviny a posypeme parmazánem.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 17,7 g tuk • 96,0 g sacharidy • 23,6 g bílkoviny
11,9 g vlákniny • Energetická hodnota 647 kcal