



Ingredience

- NIKAL Rajčatové pesto
- NIKAL Přírodní olivový olej Extra
- NIKAL 100% rostlinný tuk
- Balíček těstovin
- sůl
- 1 kg kvěťáku
- 10 černých vypeckovaných oliv
- 2 lžice najemno nasekané petrželky

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.

Těstoviny s restovaným kvěťákem a NIKAL Rajčatovým pestem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 35 minut.

Příprava:

400g těstovin uvaříme dle návodu ve slané vodě, scedíme a necháme okapat.

Mezitím smícháme 40g **NIKAL Rajčatového pesta** s 20 ml vody a 80g **NIKAL Přírodního olivového oleje Extra**.

1 kg kvěťáku očistíme a nakrájíme na asi 2 cm velké růžičky. Na velké pánvi rozežřejeme 2 lžice **NIKAL 100% Rostlinného tuku** a orestujeme na ní růžičky kvěťáku dohněda. přidáme těstoviny a důkladně promícháme.

Těstoviny na talíři dozdobíme 10 černými vypeckovanými olivami a přelijeme Rajčatovým pestem. Posypeme petrželkou a ihned servírujeme.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 34,1 g tuk • 78,3 g sacharidy • 14,2 g bílkoviny
14,4 g vlákniny • Energetická hodnota 728 kcal