

Casarecce, sparrispesto och tomater

Total tid **25 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **15 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
3.460 kJ / 827 kcal

Fett: **44 g** Protein: **32 g**
Kolhydrater: **77 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Pasta:

180 g casarecce pasta

Pesto:

300 g grön sparris

30 g riven parmesanost

40 g rostade mandelflarn

1 handfull färska basilikablاد

2 msk färska myntablاد

1 vitlöksklyfta

3 msk olivolja

2 tsk Kikkoman rostad

sesamolja

2 msk Kikkoman Ponzu - en

Blandning av Sojasås,

ättika och citron

0,5 tsk nymalen svartpeppar

Dessutom:

120 g halverade
körsbärstomater

15 g riven parmesanost

20 g rostade mandelflarn

1 tsk rivet citronskal

Några färska basilikablاد

Några färska myntablاد

FÖRBEREDELSE

Steg 1

180 g casareccepasta

Koka pastan al dente enligt anvisningarna på förpackningen. Häll av vattnet och spara 50 ml av kokvattnet. Häll tillbaka pastan i kastrullen och håll den varm.

Steg 2

300 g grön sparris - **30 g** riven parmesanost - **40 g**

rostade mandelflarn - **1 handfull** färska

basilikablاد - **2 msk** färska myntablاد - **1**

vitlöksklyfta - **3 msk** olivolja - **2 tsk** Kikkoman

rostad sesamolja - **2 msk** Kikkoman Ponzu - en

Blandning av Sojasås, ättika och citron - **0,5 tsk**

nymalen svartpeppar

Bryt av de träiga ändarna från sparrisen. Koka sparrisen i 3-4 minuter tills den är mjuk men fortfarande lite krispig, häll av vattnet och låt svalna i en skål med kallt vatten. Skär i bitar (lägg åt sidan topparna till garnering) och lägg i en behållare. Tillsätt parmesanost, mandlar, basilika, mynta, vitlök, olivolja, Kikkoman sesamolja, Kikkoman citronponzu och svartpeppar. Mixa tills det är slätt, tillsätt lite av det sparade pastakokvattnet om det behövs.

Steg 3

120 g halverade körsbärstomater - **15 g** riven

parmesanost - **20 g** rostade mandelflarn - **1 tsk**

rivet citronskal - Några färska basilikablاد - Några färska myntablاد

Blanda pastan med peston och lägg över på en tallrik. Toppa med de sparade sparristopparna och körsbärstomaterna. Strö över parmesanost, mandelflarn, citronskal, basilika och mynta.

