

orkiszowe wstążki w kremowym sosie z boczniakami

To danie jest bardzo łatwe i szybkie w wykonaniu, a przy tym, jak zwykle, bardzo wartościowe pod względem składników odżywczych:)

Składniki (3 – 4 porcje):

- ok. 170 gram wstążek orkiszowych lub pełnoziarnistego tagliatelle,
- 1 łyżka masła + 1 łyżka oliwy z oliwek,
- 250 gram grzybów boczniaków pokrojonych w paski,
- 1 duża szalotka drobno pokrojona,
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane,
- 3/4 szklanki aromatycznego bulionu (drobiowego lub warzywnego),
- 2 łyżeczki drobno posiekanych liści szaławii,
- 1/3 szklanki kwaśnej śmietany 12%,
- 2/3 szklanki startego parmezanu,
- 1/4 szklanki posiekanej natki kolendry lub pietruszki,
- sól, pieprz do smaku.

Wykonanie:

1. Gotujemy wstążki wg przepisu na opakowaniu ok. 7 minut
2. Na dużej patelni rozgrzewamy tłuszcz i dodajemy, szalotkę, czosnek i grzyby. Smażymy chwilkę, i dodajemy nasz bulion. Gotujemy ok 5 minut, aż grzyby zmiękną, a połowa bulionu odparuje.
3. Dodajemy śmietanę i parmezan, mieszając dość intensywnie. Dorzucamy szałwię, solimy do smaku.

4. Odcedzone wstążki przekładamy na patelnię z sosem i tam je „zatapiamy”

5. Podajemy ciepłe dodając świeżo utarty pieprz oraz posiekaną natkę.

Smacznego!