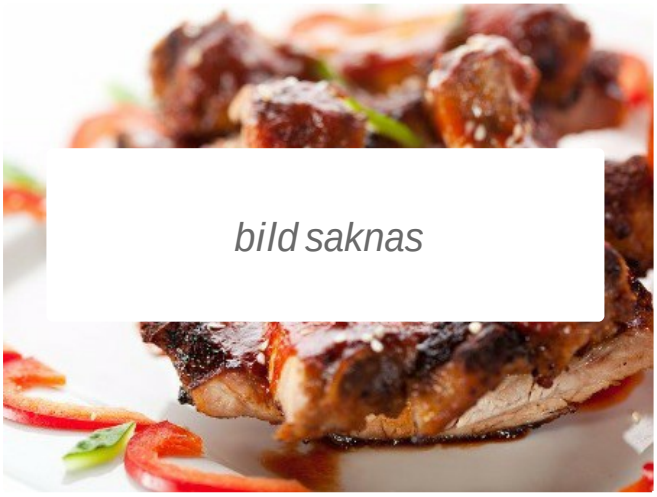


inköpslistan.se

Av: Eva Gullstrand

1 port

Fläskkött, Huvudrätt, Pasta

FLÄSKFILÉ I SENAPS-OCH DRAGONSÅS V.V. 5,5P

Ingredienser

3 skivor fläskfile *(125g 2,5p)*
1/2 dl grädde, matlagning *(Max 7% 0,5p)*
1/2 dl buljong, kött *(0p)*
2 tsk soja *(0p)*
2 tsk senap *(osötad 0p)*
dragon
1 tsk redning *(0p)*
5 st oliver, gröna *(0,5p)*
1,5 dl pasta *(kokt 2p)*

Gör så här

Blanda samman grädde, buljong, soja, senap, dragon, salt och peppar i en gryta. Låt koka i ca 5 min, rör ner redningen. Skiva fläskfilén och stek i stekpanna. Lägg kött och oliver i grytan.
Servera med pasta.