

Pastagrateg med kylling

Grateg er ofte med fisk. Her får du en oppskrift med kylling. Oppskriften gir 4 porsjoner.

Ingredienser:

- 250 g fullkornspasta, penne
- 2 stk gule løk
- 400 g kyllingkjøttdeig
- 2 bokser hakkede tomater
- 150 g rotselleri
- 2 stk gulrøtter
- 200 g revet lettost
- ½ ss nøytral olje
- 3 ss tomatpuré
- 1 ½ ss grønnsaksbuljongpulver
- 3 ss oregano
- 1 ½ ts chilipulver
- 2 hvitløksfedd
- salt og pepper



Fremgangsmåte:

- Sett ovnen på 225° grill, og ta frem en ildfast form (20x30 cm).
- Kok fullkornspastaen etter anvisning på pakken.
- Varm opp 1 ss nøytral olje i en stor stekepanne (med lokk) og stek finhakket løk og kyllingkjøttdeig på høy varme i ca. 4 min.
- Hell over de hakkede tomatene og ha i grønnsaksbuljongpulver, oregano, tomatpuré, hvitløk, chilipulver, salt og pepper.
- Grov riv rotselleri og gulrot og ha i kjøttsausen. La sausen putre under lokk i noen minutter.
- Bland pastaen og kjøttsausen i den ildfaste formen og strø over revet mozzarella. Gratiner i ovnen i 10 min eller til osten er gylden.

Server pastagrategen med en blandet salat.

Salat

- Grovhakk romanosalat og skjær paprika i terninger.
- Bland salaten og paprikaen i en stor skål og hell over 1 ss olivenolje, ½ ts eplecidereddik, litt salt og pepper.

Oppskrift og bilde fra matenerklar.no