

Pasta carbonara

4 personer

Ingredienser:

- 100 g bacon
- 1 fedd hvitløk
- ½ stk chili
- 2 stenger vårløk
- ½ stk paprika
- 100 g champignon
- ½ potte frisk basilikum
- 3 dl matfløte
- 1 ss hvit balsamico
- Salt og pepper
- Litt olje til steking
- 320 g fullkornspasta



Fremgangsmåte:

1. Finhakk hvitløk og chili. Kutt bacon, vårløk, paprika og champignon i små biter. Grovhakk basilikumen.
2. Varm olje i en stekepanne, ha i hvitløk, chili og bacon og la surre i 4 – 5 min.
3. Ha i vårløk, paprika og champignonen og la surre ca 5 min til.
4. Ha i fløten og balsamico. La småkoke i ca 10 min.
5. Smak eventuelt til med litt salt og pepper.
6. Bland i kokt pasta og hakka basilikum.

Strø eventuelt litt reven parmesan over. Server med salat.

Næringsberegning per pers:

558 kcal, 26g fett, 58g karbohydrater (6g sukker), 7g kostfiber, 18g protein, 1.5g salt.