

## Kräftstjärtar och rotfrukter med pasta

sön, 19/01/2014 - 13:49 □ Gunilla Ödin

- [Veckans recept](#) [1]

### Veckans mattips, v.1403

Hittade detta recept häromveckan och idag blev det test. Var riktigt gott, men det blev så pass mycket att jag kokade lite extra pasta och delade portionen i två. Men receptet är beräknat på en portion.

### Kräftstjärtar och rotfrukter med pasta

1 port (9 pp/port)

170 g Kräftstjärtar  
1 liten gul lök  
1 klyfta vitlök  
1 bit rotselleri  
1 liten morot  
1 tsk olivolja  
1/2 msk färsk persilja  
1 dl krossade tomater  
3 msk Matlagingsgrädde (Laga lätt 4%)  
1 krm paprikapulver  
salt och peppar  
3/4 dl Fiskbuljong  
1 1/2 dl Pasta kokt

Skala o finhacka lök och vitlök. Skala o riv selleri och morot grovt. Hetta upp olja i en gryta. Fräs lök, vitlök, selleri, morot och persilja. Tillsätt krossade tomater, grädde, salt, peppar, paprikapulver och buljong. Låt puttra 15 minuter. Blanda i kräftstjärtar o pastan och låt allt bli varmt. Servera med sallad.

Låt smaka!!

Källa: [Recept ViktVaktarnas hemsida](#) [2]

Källa till webbadress: <http://xn--din-rna.se/blogg/kr-ftstj-rtar-och-rotfrukter-med-pasta>

### Länkar:

[1] <http://xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept>

[2] <http://www.viktvaktarna.se/food/rcp/RecipePage.aspx?recipeid=6200041>