

Köttbullar med oregano och spaghetti



5 röster

En riktigt god variant av vardagsklassikern spaghetti och köttbullar! Här får färska köttbullar småputtra i en krämig sås med crème fraiche och oregano så att både såsen och köttbullarna smaksätter varandra. Serveras med smarriga haricots vert för en somrig smakupplevelse.

Detta är ett recept från Billiga veckan v 22, 2016.

Ingredienser

Portioner: 4

1/2 dl ströbröd

1 dl mjölk

1/2 tsk salt

2 krm peppar

ca 500 g nötfärs

1 msk olja

4 port spaghetti

1/2 påse haricots verts (à 600 g)

1/2 kruk oregano

2 dl crème fraiche

1 dl vatten

1/2 köttbuljongtärning

Så här gör du

1. Sätt på vatten till pastan.
2. Blanda ströbröd och mjölk i en bunke och låt svälla några minuter.
3. Blanda ner kryddor och färs. Forma den till köttbullar.
4. Bryn köttbullarna runt om i oljan i en stekpanna.
5. Koka pastan enligt anvisningen på förpackningen. Koka bönorna med pastan när det återstår 3 minuter av koktiden.
6. Repa och hacka oreganon.
7. Koka upp crème fraiche, vatten, oregano och smulad buljongtärning i en kastrull. Blanda det med köttbullarna och låt småputtra ca 10 minuter. Smaka av med salt och peppar.
8. Servera pastan tillsammans med köttbullar, sås och bönor.

För alla

Läs noga ingrediensförteckningen på köttbullar och buljong.

Gör glutenfri: använd glutenfri pasta.

Gör laktosfri: använd laktosfri crème fraiche.

Gör mjölkproteinfri: Byt ut crème fraiche till iMat fraiche (innehåller havre) eller Sour Supreme (innehåller soja).

Gör äggfri: använd pasta utan ägg.