

Pasta med halstrad tonfisk, vitlök och vitt vin.

I Sverige får vi ofta för oss att en pastasås måste vara gräddig för att vara god. Men vet ni, med lite vitlök, ett gott vin och en fin bit parmesan kan man göra underverk. Jag lovar!

Jag använder pastavattnet till såsen och den blir alltså inte rinnig av det, utan istället bidrar det till att pastan blir krämig och god. Det är tack vare den stärkelse som blir kvar i vattnet när du kokat pastan. Fiffigt va?

Eftersom pastan kommer att värmas på en sväng till i stekpannan tillsammans med såsen är det viktigt att inte koka pastan helt klar i kastrullen. Låt den fortfarande ha lite tuggmotstånd så kommer den bli perfekt!



4



30 MIN

Fisk

Pasta

Pasta med vitlök och vitt vin

Ingredienser:

- 1 msk olivolja
- 4 vitlöksklyftor
- 2 dl vitt vin
- ca 2 dl pastavatten
- ca 2 dl finriven parmesan

Salt och svartpeppar
1 dl finhackad persilja + mer till dekoration

Gör så här:

1. Koka spagettin enligt instruktionerna på paketet. Korta koktiden med ca 1 minut.
2. Skala, krossa och finhacka vitlöken. Stek mjuk på medelvärme i lite olja. Tillsätt sedan vinet.
3. Ta ur den kokta pasta och lägg i stekpannan med vitlök. Häll i ca 1 dl pastavatten och all riven parmesan. Rör om och låt allt koka ihop. Tillsätt ev. mer pastavatten om det upplevs för torrt.
4. Smaka av med salt och peppar och rör i en hel hög finhackad persilja.

Halstrad tonfisk

Ingredienser:

4 MSC-märkta, färska tonfiskfiléer
1 msk olivolja
Salt och svartpeppar
Rostade solroskärnor

Gör så här:

1. Hetta upp en stekpanna med lite olja i. Stek tonfisken hastigt, ca 1/2 minut per sida. Krydda med salt och peppar. Tonfisken ska fortfarande ha en rosa kärna.
2. Skiva tonfisken. Lägg upp pastan på tallrikar och fördela den skivade tonfisken över pastan.
3. Toppa med lite mer färsk persilja och rostade solroskärnor.

Vin till pasta med halstrad tonfisk:



Vilka butiker har drycken?

Lägg i inköpslista

Nederburg The Winemasters Organic Chenin
Blanc

Systembolagsnummer: 5401

89,00 kr

Nederburg The Winemasters Organic Chenin Blanc är ett härligt och fruktigt vin med inslag av päron, aprikos, gula äpplen och lime. Ett vin som passar perfekt till lätta och medelkraftiga fisk- och pastarätter.

Utskrift