

## INGREDIENSER

1 pakke Hälsans Kök plant-based balls

400 g butternut græskar

150 g zucchini

1 løg

1 fed hvidløg

1 stor tomat

olivenolie til stegning

1 spsk tomatpure

200 g pasta

1 knivspids salt

1 knivspids sort peber

2 kviste frisk timian

½ citron

125 g revet vegansk ost

SERVING  2 SERVERING

VARIGHED  40 MIN

SVÆRHEDSGRAD   
UDFORDRENDE

Smag denne lækkre pasta lavet med Hälsans Kök plant-based balls, som er den perfekte komfortmad til de kolde dage!

## TILBEREDNINGS INSTRUKTIONER

### 1. Skræl og skær græskarret

Skræl græskarret med en grøntsagsskræller og skær det i tern. Kog halvdelen af græskarterningerne i vand og en knivspids salt til de er mørre.

### 2. Skær grøntsagerne

Skær zucchinien i tern og hak løg og hvidløg. Skær tomaten i tern. Fjern timianbladene fra kvistene og hak dem fint.

### 3. Kog pasta og steg grøntsager

Kog pastaen efter anvisningen på pakken og forvarm ovnen til 200 °C. Steg løg, hvidløg og timian med de resterende tern af græskar og zucchini i lidt olivenolie. Læg låg på gryden og lad det simre i cirka 10 minutter.

### 4. krydr med citronskal og krydderier

Riv citronen ovenpå. Tilsæt tomatpuré og tomat i tern. Steg et stykke tid og krydr med salt og peber.

### 5. Dræn og blend græskar

Dræn det kogte græskar. Blend fint med røremaskinen og vend græskar-zucchini-blandingen i. Tilsæt nu den kogte pasta. Hvis det er nødvendigt så tilføj mere græskar for at gøre det mere flydende

### 6. Steg de vegetariske boller og saml retten

Kom lidt olivenolie i en stegepande og steg bollerne i et par minutter. Hæld pastablandingen i et ovnfad og fordel bollerne ovenpå. Drys lidt vegansk ost og lad det bage i ca. 5 minutter i ovnen, indtilosten er smeltet.

**SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK**