

# Paprikové těstoviny se špenátem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

**1611** kalorií , **10 g** cukrů , **34 g** tuků , **48 g** bílkovin

**Autor:** Beruska64

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/paprikove-testoviny-se-spenatem>

## Příprava

Těstoviny uvaříme dle návodu na obalu, scedíme a odložíme do mísy, posypeme je mletou paprikou a promícháme. Cibuli oloupeme, nadrobno nakrájíme, na pánvi si rozpálíme olej a na oleji zpěníme nakrájenou cibuli. Když je cibule zpěněná, přidáme najemno nastrohaný česnek, necháme smažit 2 minuty a mezitím si pokrájíme špenát na menší kousky, který následně přidáme k cibuli s česnekem a necháme smažit cca 5 minut. Dochutíme solí a pepřem. Hotovou směs poté promícháme s těstovinami a můžeme podávat.

## Ingredience

- ✓ 350 g těstovin
- ✓ 250 g špenátu
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 1 ks cibule
- ✓ 4 lžíce olivového oleje
- ✓ 2 lžíce mleté sladké papriky
- ✓ špetka pepře
- ✓ špetka soli

## Kategorie

Obyčejný den, Italská, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Něco extra, Rodina, Hlavní chod