

Těstoviny s fazolkami



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 35min , Porce: 6

3155 kalorií , **0 g** cukrů , **46 g** tuků , **100 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/testoviny-s-fazolkami>

Příprava

Špagety uvaříme ve vroucí osolené vodě na skus, cca 8-10 minut. Uvařené špagety scedíme a necháme okapat. Mezitím na rozpáleném oleji zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme na kolečka nakrájený pórek, utřený česnek a fazole. Restujeme jen chvíli tak 3-5 minut. Špagety vrátíme do hrnce a přidáme k nim fazolovou směs a důkladně promícháme. Při podávání na talíři ozdobíme nasekanou petrželkou.

Ingredience

- ✓ 500 g špaget
- ✓ 2 cibule
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 200 g konzervovaných červených fazolí
- ✓ 1 pórek
- ✓ 50 ml olivového oleje
- ✓ 150 g parmazán/parmezánu
- ✓ 1 lžička petrželové nati

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Vegetarián

