



Špagety s mořskými plody

Ingredience

špagety {200} g
chobotničky {150} g
loupané krevety {300} g
česnek {1}
citron {0,5}
petrželka {1} PL
olivový olej {2} PL
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Na pánvi zpěníme nejemno nasekaný česnek, přidáme chobotničky a omyté krevety. Vše restujeme zhruba 5 minut. Poté směs zakápneme šťávou z čerstvého...

Špagety s mořskými plody - recept

Na pánvi zpěníme nejemno nasekaný česnek, přidáme chobotničky a omyté krevety. Vše restujeme zhruba 5 minut. Poté směs zakápneme šťávou z čerstvého citronu a posypeme nejemno nasekanou petrželkou.

Špagety připravíme dle návodu na obalu. Al dente uvařené špagety scedíme a na pánvi je promícháme s hotovou směsí. Hotové špagety s mořskými plody pak ještě dle potřeby osolíme a opepříme.

Špagety s mořskými plody můžeme ve finále ozvláštnit například hoblinkami parmezánu nebo piniovými ořechy.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí