

Vegetarisk one pot

Opskrift til 4 personer

Forberedelsestid

10 minutter

Tilberedelsestid

20 minutter

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

- 1 rødløg
- 1 peberfrugt
- 100 g revet squash
- 150 g revet gulerod
- 1 lille håndfuld frisk basilikum
- 1 lille håndfuld frisk timian
- 2 spsk. tomatpuré
- 1 dåse hakket tomat
- 1 spsk. balsamico
- ½ tsk. sukker
- 1 tsk. tørret oregano
- 1 godt nip chiliflager
- 1 tsk. salt og frisk sort peber
- 300 g pastaskruer
- 3 dl vand
- ½ dl fløde

Sådan gør du

1. Faktisk skal det hele blot i gryden. Så rengør grønt, riv squash og gulerødder groft og skær peberfrugt og rødløg i mindre stykker.
2. Kom ellers det hele i gryden (minus fløden) og giv det ca. 15-20 minutter ved middel-høj varme, uden låg.
3. Det skal lige røres i nogle gange undervejs, da det ellers brænder på. Hvis det suger lige rigeligt væske, kom blot lidt ekstra vand i.
4. Smag til med fløden og evt. ekstra krydderier.
5. Server med friske krydderurter, et drys salt og peber og evt. parmesan hvis du synes. Måske også forårsløg.