Pastaa ja tattikastiketta

Tateista ja vähärasvaisesta ranskankermasta valmistuu nopeasti herkullinen pastakastike. Tattipasta miellyttää erityisesti sienestäjiä, vaikka maistuu muillekin. Pääruoaksi tästä annoksesta riittää kahdelle tai kolmelle, mutta italialaiseen tapaan alkuruokana tarjottuna annoksesta syö neljäkin henkeä.

|  |
| --- |
| **Valmistelut: 5 minuuttia****Kypsyminen: 10 minuuttia** **4 annosta**  |
| 1 rkl | Öljyä |
| 1  | Sipuli hienonnettuna  |
| 200 g  | Tatteja tai herkkusieniä viipaleina  |
| 1-2 | Valkosipulinkynttä murskattuna  |
| 1 dl  | Kevyt ranskankermaa |
| hieman | Suolaa |
| Ripaus  | Mustapippuria |
| ½ tl | Balsamiviinietikkaa |
| 2 rkl  | Persiljaa hienonnettuna  |
| 240 g  | Nauhamakaronia  |
| 1. Kuumenna öljy pannussa. Lisää sipuli ja kuullota sitä miedolla lämmöllä muutama minuutti. Lisää tatit ja anna niiden kiehua kokoon. Mausta sieniseos valkosipulilla.
2. Lisää ranskankerma sekä mausteita maun mukaan. Kuumenna kiehuvaksi. Jos kastike tuntuu liian sakealta, lisää tilkka vettä.
3. Kastikkeen valmistuessa keitä nauhamakaronit kypsiksi väljässä vedessä ja valuta.
4. Ripottele valmiin sienikastikkeen pinnalle persiljaa ja tuo tarjolle keitetyn pastan kanssa.
 |
| **VINKKI:**Jos haluat valmistaa tattipastaa vierasaterialle, voit liekittää tatit ennen kerman lisäämistä. Valele tatti-sipuliseokselle ruokalusikallinen konjakkia. Vedä pannu pois liedeltä ja sytytä tulitikku pannun yläpuolella. Konjakki palaa pois, mutta sen hieno aromi jää jäljelle.  |

|  |
| --- |
| Yhdessä annoksessa: |
| Kaloreita  | 290 |
| Rasvaa yhteensä | 10 g |
| Tyydyttyneitä rasvahappoja | 3 g  |
| Kolesterolia | 13 mg  |
| Proteiineja | 8 g  |
| Hiilihydraatteja | 42 g |
| Natriumia | 12 mg  |
| Kuituja | 3 g |
| Sokeria lisätty |  0  |