

Prodietix těstoviny s dýňovou omáčkou



20. 10. 2021

Recept je vhodný pro: [2 fáze](#), [3. fáze](#)

Přišel podzim a s ním také sezóna všemi milované dýně. Proto jsme si pro vás připravili lahodný recept na krémové těstoviny s dýňovou omáčkou.

Co potřebujete (2 porce):

- 2 lžíce olivového oleje
- ½ najemno nasekané cibule
- ½ stroužku česneku
- ¼ dýně
- 1 hrnek kuřecího vývaru z povoleného masa a zeleniny
- tymián
- 100 ml sojového nebo mandlového neslazeného mléka
- sůl
- Prodietix [fusilli](#) nebo [tagliatelle](#)
- 20 g parmazánu

Jak na to:

1. Na rozpáleném oleji orestujeme cibulku a česnek. Jakmile cibulka zeskllovatí, přidáme ¼ dýně nakrájenou na malé kostičky a zalijeme vývarem. Vaříme dokud dýně není úplně měkká. Poté stáhněte plamen a rozmixujeme směs na hladké pyré. Přimícháme trochu mléka a dochutíme solí a tymiánem.

2. Omáčku nakonec smícháme s těstovinami, které jsme si připravili podle návodu uvedeného na obalu a posypeme nadrobno nastrohaným parmazánu.

3. Dobrou chuť!