

Tortellini w sosie pomidorowym ze szpinakiem

Wskazówki

- Czas przygotowania: 35 minut
- 3 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 507 kcal \ B-17 g \ T-22 g \ W-56 g \ Bł-5 g
- Wartość odżywcza 100 g dania: 100 kcal \ B-3 g \ T-4 g \ W-11 g \ Bł-1 g

Składniki

- ✓ cebula – 1 sztuka (90 g)
- ✓ czosnek – 2 ząbki (6 g)
- ✓ oliwa – 1 łyżka (10 g)
- ✓ koncentrat pomidorowy – 2 łyżeczki (30 g)
- ✓ pomidor malinowy – 3 sztuki (510 g)
- ✓ suszone pomidory w oleju – 6 sztuk (60 g)
- ✓ tortellini, świeże z ricottą i szpin.-1op.(400 g)
- ✓ woda – 3/4 szklanki (200 g)
- ✓ śmietanka 30% – 1/2 opakowania (100 g)
- ✓ suszone pomidory z czosnkiem-1 łyżecz. (4g)
- ✓ sól – do smaku
- ✓ pieprz – do smaku
- ✓ szpinak, świeży – 1/2 opakowania (100 g)
- ✓ ser grana padano, tarty – 1 łyżka (10 g)

Przygotowanie

1. Cebulę pokrój w kostkę, czosnek przeciśnij przez praskę. Suszone pomidory pokrój na kawałki. Pomidory sparz, obierz ze skórki i pokrój w kostkę. Szpinak porządnie wypłucz i pokrój.
2. Na patelni z rozgrzaną oliwą podsmaż cebulę i czosnek. Dodaj koncentrat pomidorowy i podsmażaj chwilę.
3. Pokrojone pomidory wrzuć na patelnię i smaż kilka minut. Dodaj świeżą bazylię i suszone pomidory.
4. Dolej wodę i dodaj surowe tortellini (koniecznie świeże! nie suszone). Dodaj śmietankę i gotuj chwilę.
5. Dopraw do smaku suszonymi pomidorami z czosnkiem, solą i pieprzem.
6. Dorzuć świeży szpinak, zagotuj. Posyp startym serem i podawaj.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/tortellini-w-sosie-pomidorowym-ze-szpinakiem/>