

# Pasta med blåmuslinger, spinat og persille

- 1 net blåmuslinger
- 2 fed hvidløg
- 2 skalotteløg
- 1 stor håndfuld bredbladet persille
- 400 g spaghetti eller linguini
- 1 spsk. smør
- 1½ dl hvidvin
- 2 dl piskefløde
- Salt og sort peber
- 250 g spinat



Gå muslingerne efter. Dem, der er åbne, skal kasseres. Skrub dem i koldt vand, og lad dem stå i en sigte. Hak hvidløg og skalotteløg fint. Hak persillen fint. Kog pastaen al dente i godt saltet vand, og smelt imens smørret i en stor gryde. Kom skalotteløg og hvidløg i, og steg et par minutter. Tilsæt muslinger, og vend dem rundt i gryden. Hæld hvidvin og piskefløde i, og krydr med peber – vent med salt, da muslinger er salte i sig selv. Kom låg på, og lad muslingerne dampe i 5 min., til de har åbnet sig. Kom så spinaten i, og smag, om der mangler salt. Når spinaten er faldet sammen, hældes pastaen i og retten vendes sammen med persille.

Energi pr. person: 2976KJ/711Kcal.

Næringsindhold pr. 100 g:

Protein: 9 g.

Kulhydrat: 20,5 g.

Fedt: 7 g.