

Pasta meatballs med gris, gulerod og peberfrugt

- 400 g hakket svinekød
- 1 æg
- 2 spsk rasp
- 1 spsk frisk hakket timian
- 25 g revet parmesan + ekstra til servering
- Salt og peber
- 1 lille løg
- 2 gulerødder
- 2 peberfrugter
- 1 fed hvidløg



Blansk hakket svinekød med æg, rasp, timian og parmesan. Krydr med salt og peber. Riv løg og gulerødderne. Kom revet løg og halvdelen af de revne gulerødder i farsen og ælt den godt sammen. Tril den til små kugler. Skær peberfrugt i små tern (ca. 1 cm). Varm olien i en sauterpande og kom peberfrugt og resten af den revne gulerod i. Steg et par minutter og tilsæt så hvidløg og tomatpuré. Varm det igennem og smag til med lidt salt og peber. Kom forsigtigt kødbollerne direkte ned i sovsen og lad dem simre i 10 minutter. Undlad at røre i gryden de første 4-5 min, til bollerne er blevet mere faste. Kog pastaen efter pakkens anvisning og server med sovs, kødboller og revet parmesan.

Energi pr. person: 3375KJ/806Kcal.

Næringsindhold pr. 100 g.:

Protein: 8,2 g.

Kulhydrat: 22,3 g.

Fedt: 3,2 g.