# Pasta med kyckling och spenat

lör, 05/09/2015 - 11:54 □ Gunilla Ödin

- Veckans recept [1]

**Veckans mattips, v.1536**
En maträtt jag fick hos Helén för flera år sen, testade jag igår och det var så gott att jag vill dela med mig till fler.

**Pasta med kyckling och spenat, 4 port**
1 port (? pp/port)

*3 st kycklingfiléer, ca 450 gr*
*1 liten burk soltorkade tomater i olja*
*2 klyftor vitlök*
*1 pkt (ca 500 gr) fryst bladspenat*
*2-3 dl matlagningsgrädde*
*salt och peppar*
*bandspagetti*
*parmesanost*

Tina bladspenaten.
Skär kycklingen i bitar och stek, krydda med salt och peppar.
Strimla de soltorkade tomaterna och tillsätt dessa tillsammans med lite av oljan.
Tillsätt vitlöken pressad.
Krama ur vätskan ur bladspenaten (om fryst) och tillsätt den.
Häll i matlagningsgrädden.
Koka ihop och krydda mer vid behov.

Servera med kokt bandspagetti och parmesanost.

Låt smaka!!

**Källa till webbadress:** http://www.xn--din-rna.se/blogg/pasta-med-kyckling-och-spenat

**Länkar:**
[1] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept