



## Krämig pasta med kyckling och grönt

### Ingredienser 4 personer

---

4 st	kycklingfiléer
2 tsk	grillkrydda
1 msk	smör, + 1 msk
300 g	pasta, t ex penne eller rigatone
0,5 l	grönsaker, finstrimlade t ex purjo, salladslökar
1 st	hönsbuljongtärning
2 dl	vatten
4 st	vitlök, klyftor, skivade
1 msk	rosmarinblad, färska
1 msk	olivolja
1 påse	babyspenat, färsk
2 dl	crème fraiche
1 tsk	salt
2 krm	svartpeppar
<b>Garnering</b>	
1 dl	parmesan, hyvlad

### Tillagning

---

Det går bra att utesluta eller byta ut creme fraichen mot lätt creme fraiche till smalare pastavariant.

1. Krydda kycklingfiléerna med grillkryddan och stek dem i 1 msk av smöret i en stekpanna eller gryta, 6-8 minuter på varje sida, till innertemperaturen är 68°. Ta upp filéerna och skölj ur pannan.
2. Koka pastan enligt anvisningarna på förpackningen. Låt den rinna av i durkslag.
3. Hetta upp stekpannan med resten av smöret och lägg ner de finstrimlade grönsakerna. Smula ner buljongtärningen. Fräs grönsakerna under omrörning 2-3 minuter. Häll på vattnet och bräsera ca 3 minuter. Ta grytan från värmen.
4. Dela kycklingen i strimlor och blanda med grönsakerna.
5. Fräs vitlöken och rosmarinen i oljan ca 1 minut. Blanda först i den nykokta pastan och spenaten, vänd sedan ner kycklingen och grönsakerna. Blanda i creme fraiche. Låt allt bli genomvarmt. Smaka av med salt och peppar.
6. Garnera med hyvlad parmesan.