



Hozzávalók:

1 nagyobb gerezd fokhagyma, 1 kisebb ág rozmaring, 4 friss zsályalevél, 1 dl olívaolaj, 32 dkg barnatészta (teljesőrlésű lisztből készült tészta), só, 1 kis doboz (10 dkg) rukkola saláta, frissen őrölt fekete bors, 10 dkg markáns ízű kemény sajt vagy rokfort

1. A fokhagymát megtisztítjuk, félbevágjuk, majd miután zöldes csíráját kiszedtük, finomra aprítjuk, ahogyan a száráról lecsipkedett rozmaringleveleket és zsályalevelet is. Mindet az olívaolajba keverjük és 1 órára félretesszük, hogy a fűszerek zamata az olajat minél jobban átjárhassa.
2. A tésztát enyhén sózott, forrásban lévő vízbe szórjuk, az előírás szerinti idő alatt megfőzzük, majd leszűrjük. Azon forrón visszaöntjük a lábasba, a rukkolával és a fűszeres olajjal elkeverjük, megborsozzuk, ha kell, utána sózzuk.
3. A sajtot lereszeljük, felét a tésztához keverjük, azonnal tányérokra halmozzuk, a maradék sajttal megszórjuk.

4 főre

Elkészítési idő: 15 perc + érlelés

Egy adag: 520 kcal