

ПРЯНАЯ ПАСТА С ГОВЯДИНОЙ



 35 минут

 169 ккал; БЖУ 9/7/16 (на 100 г)

 410 г (каждая порция)

 Предварительно разморозьте

Ингредиенты:

вырезка говяжья, паста спагетти, перец халапеньо, сыр чеддер, сливки, томаты в с/м, черри, зеленый лук, яйцо, чеснок.



1

Вырезку нарежьте слайсами. Перец халапеньо и чеснок мелко нарубите. Черри разрежьте на половинки, лук нарежьте перьями, сыр натрите на терке.



2

В кипящей подсоленной воде отварите пасту в течении 7-8 минут (оставьте 100 мл), откиньте на дуршлаг, сбрызните растительным маслом.



3

Слайсы говядины обжарьте на разогретой сковороде с небольшим количеством растительного масла 2-3 минуты. Добавьте чеснок, перец халапеньо и обжарьте еще 2-3 минуты. Влейте томаты в с/с, воду от варки пасты и протушите на среднем нагреве 3-5 минут. Добавить пасту, сливки, сыр чеддер, перемешайте и посолите.



4

На разогретой сковороде с небольшим количеством растительного масла пожарьте яйца до желаемой структуры желтка.



5

На сухой сковороде подпеките половинки черри 1 минуту.



6

Выложите на тарелку пасту, жареные яйца, половинки черри и посыпьте зеленым луком.