Makaron z topinamburem i szparagami

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **danie główne, lunchbox**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- makaron kukurydziany penne - 50 g
- czerwona cebula - 1/4 szt.
- topinambur - trochę trochę
- żółta papryka - 1 kawałek
- szparagi zielone - kilka kilka
- awokado - 1 kawałek
- masło migdałowe - 1 łyżeczka
- sok z pomarańczy - 1 łyżka
- hummus - 1 łyżka
- koperek świeży - trochę trochę
- kostka bulionowa warzywna bio - 1 szt.
- czosnek granulowany - 1/2 łyżeczka

Dodatkowe info:

Wiosenny, lekki i pożywny makaron!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Makaron ugotuj i odcedź.

KROK 2: Na rozgrzaną patelnię wrzuć obrony i pokrojony w podłużne kawałki topinambur oraz posiekaną cebulkę i paski papryki.

KROK 3: Całość zalej 1 filiżanką wody i dodaj kostkę warzywną oraz czosnek – całość duś do momentu, aż warzywna zmiękną.

KROK 4: Pod koniec dodaj pokrojone na kawałki szparagi i duś jeszcze chwilkę.

KROK 5: Gdy już warzywa będą miękkie,
a nadmiar płynu odparuje do całości wmieszaj
masło migdałowe i koperek.

KROK 6: Gotowy makaron przełóż na talerz, a następnie udekoruj kawałkami awokado i hummusem – całość skrop sokiem z pomarańczy.