



Medische voeding

Kleur op tafel Overheerlijke pasta



at the heart of healthcare

Een beetje inspiratie voor meer **variatie**

*Het totale gerecht
bevat 12,1 gram eiwit/
479 mg phe.*

Ingrediënten (4 personen)

- 1 pak Bezgluten pasta
- 100 g oranje paprika, fijn gesneden
- 100 g courgette, fijn gesneden
- 100 g broccoli, fijn gesneden
- 400 g gepelde tomaten, blik
- 2 sjalotjes
- 2 teentjes knoflook, fijn gesneden
- 2 el olijfolie
- 1 el italiaanse kruiden
- basilicum

Bereiding

1. Kook de pasta volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
2. Bak alle groenten in de olie gaar, behalve de tomaten.
3. Voeg de tomaten en kruiden toe en laat 5 minuten koken.
4. Meng de pasta en saus.
5. Garneer met basilicum.
6. Eet smakelijk!



Smaakmakers van Mediq. Dat is lekker!