

Spenótos-tejszínes csirkés tészta

Krémes, könnyed és laktató - ez a spenótos-tejszínes csirkés tészta mindent tud, amit egy hétköznapi kényeztető vacsorától vársz. Egy kevés sajt teszi teljessé az ízelményt.



Előkészítés: 10 perc

Elkészítés: 15 perc

Adag: 2

Főétel

HOZZÁVALÓK

200 g csirkemell
200 g spagetti tészta
2 gerezd fokhagyma
30 g bébispenót
70 g sajt
150 ml tejszín
Só
Bors
Száritott medvehagyma

ADATOK

Szerző	briguli
Publikálva	2025.10.27

ELKÉSZÍTÉS

1.

A tésztát forró, sós vízben megfőzzük.



2.

A felkockázott csirkemellet kevés olajon megpirítjuk, majd fűszerezük sóval, borssal. Én tettem bele szárított, aprított medvehagymát is. Ha kész, mehet hozzá a fokhagyma.



3.

Mehet hozzá a spenót, és közepes lángon pirítjuk tovább amíg kicsit össze nem esik.



4.

Hozzáadjuk a tejszínt és a reszelt sajtot. Kis lángon rotyogtatjuk 3-4 percig, amíg kissé besűrűsödik.



5.

Végül összekeverjük a tésztával és melegen, reszelt sajttal tálaljuk.

