

# Tomatpasta med sparris och parmesanost

*Det kan löna sig att bli vegetarian. I alla fall över en middag. För den här rätten behöver kött lika mycket som en fisk behöver en badring. Tomat, sparris och parmesan. Smaka på orden. Och smaka sedan på rätten.*

4  
port

15  
min

600 g kokt pasta  
3 dl krossade tomater med örter och vitlök  
1 msk olivolja  
12 gröna oliver  
12 Green Giant vit sparris  
1 kokt brocolihuvud  
50 g riven parmesanost  
100 g rucola

## Gör så här:

Plocka broccolin i mindre buketter. Koka i 2-3 minuter i saltat vatten. Värm pastan i tomatsås och vänd i resten av ingredienserna. Smaka av med salt och peppar. Toppa med parmesanost och rucola.



Perfekt snabblunch, men välj en tomatsås utan vitlök till barnen.