PASTA

Grundrecept Lowcarb Pasta

Kock: **Camilla Hanve** Tid: **20 min** Portioner: **2**

Ett alternativ till pasta som är både glutenfritt och lowcarb.

"Pasta" som funkar bra till t ex cannelloni och tagliatelle men även som tortilla till tacos eller enchiladas.
Just här har jag använt en färskost i med smak av vitlök och örter, men funkar såklart med din favorit eller neutral.

INGREDIENSER

4 stycken ägg
200 gram färskost av philadelphiatyp
4 matskedar fiberhusk
0.5 tesked salt
  olja till bakplåtspappret

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 150 grader. (Varmluft 125 grader)
2. Vispa äggen fluffigt. Häll i resten av ingredienserna och vispa ihop ordentligt.
3. Låt smeten vila i ca 10 minuter.
4. Pensla 4 bakplåtspapper med olja.
5. Dela degen i två och kavla ut mellan två smorda papper till en tunn, jämn yta. Gör samma med degen som är kvar.
6. Grädda i 10-15 minuter i mitten av ugnen. Låt övre pappret vara kvar under gräddningen. Upprepa med nästa plåt eller kör båda i varmluftsugn (125 grader).

7

Ta ut plåten, dra av det övre pappret och låt svalna lite innan du skär den i den form du vill ha.
Vill du ha tex tagliatelle, så rulla ihop och skiva i önskad tjocklek.
Pastan kan sen stekas, gratineras eller ätas som den är, uppvärmd i sås t ex.