



Maggi

Restované nudle
s brokolicí a květákem,
kari omáčkou
s kokosovým mlékem

Ingredience

- 1 lžíce rostlinný olej
- 185 g MAGGI Nápady Nudle z pánve Kuře na kari se zeleninou
- 200 g Květák, syrový
- 200 g brokolice
- 1 plechovka Kokosové mléko
- 1 špetka sůl

Postup

1. Rozdělíme si květák a brokolici na růžičky a dáme vařit.
2. Na oleji si orestujeme předem uvařený květák a brokolici.
3. Přidáme sáček koření, podlijeme vodou a přidáme těstoviny. Vaříme, dokud těstoviny nezměknou.
4. Na závěr přidáme kokosové mléko, prohřejeme a servírujeme.

⌚ 32 Méně

⊕ 4

Sacharidy	37.14 G
Energie	366.3 kcal
Tuky	22.55 G
Protein	7.63 G