

# Vagabondens livret

**2 personer**

**Ingredienser:**

**Kødboller**

200 g hakket svinekød  
 1/4 dl rasp  
 1/2 tsk oregano  
 1/2 tsk salt  
 Peber  
 1 spsk soltørret tomatpuré/pesto rosso

**Sovs**

1/2 dåse hakkede tomater  
 3/4 dl vand og 1/2 bouillonterning  
 1 spsk soltørret tomatpuré  
 1/2 tsk oregano  
 2 gulerødder  
 2 stilke bladselleri  
 Salt, peber

**Tilbehør**

Frisk basilikum  
 Revet mozzarella  
 Spaghetti



**Vi byder på lidt ekstra til 'kokken' i denne børnevenlige ret. Nyd før du går igang, eller mens du laver maden, den gulerod vi har pakket med.**

**Sådan skal du gøre:**

1. Tænd ovnen på 225°C. Rør en fars sammen af svinekød, rasp, halvdelen af oreganoen, salt, peber og halvdelen af den soltørrede tomatpuré. Form farsen til små kødboller, ca. 14 stk., og læg dem på en bageplade med bagepapir. Steg kødbollerne 12 min. i ovnen. Kom dem i kødsovsen, når de er færdige.
2. Skyl og skær imens gulerødderne i små tern og snit bladselleri fint - se billedet.
3. Kom tomater, bouillon, vand, soltørret tomatpuré, oregano, gulerødder og bladselleri i en gryde og lad det småsimre 15 min. til grøntsagerne er godt møre. Sauce kan evt. blendes med en stavblender.
4. Kog spaghetti i rigeligt vand tilsat 1 tsk salt i ca. 11 minutter - uden låg.
5. Kom kødbollerne i sauce, når de er klar. Smag til med salt og peber og kom sauce over friskkogt spaghetti. Drys med frisk basilikum samt revet mozzarella og servér straks.

Opskriften er venligst udlånt af [Friland](#).

**Næringsindhold pr. person:**

Energi: 3260KJ (776 Kcal)

	Energy (KJ)	Energy (kcal)	Energi (%)
Protein	757	180	23
Kulhydrat	1513	360	46
Fedt	990	236	30