

# SPAGETTIPUMPA

*Vankas det köttfärssås till kvällsmat?  
Varför inte överraska med spaghetti  
från en pumpa som tillbehör?*

*-Enkelt, gott, billigt, annorlunda och  
nyttigt.*

## SVÅRIGHETSGRAD:



## GÖR SÅ HÄR:

Sätt ugnen på 200 grader.

Ta bort skaftet. Skölj och torka av pumpan.

Dela pumpan i två halvor. **Ringla** lite olja över köttsidan och strö över salt.

Lägg halvorna på en plåt med bakplåtspapper, eller i en ugnssäker form, med köttsidan nedåt.

Stick några hål med en gaffel i skalet.

Tillaga i ugnen ca 40 minuter. Tag ut formen och låt pumporna svalna.

Vänd pumporna och dra med en gaffel längs med fruktköttet. - Klart att servera!

## PUMPASORT: SPAGETTI

(t.ex. Aldente eller Stripetti)

## DU BEHÖVER:

1 hel pumpa (en Aldente är lagom till 3-4 personer)

Olivolja

Flingsalt

Tips! Koka upp 3 dl vatten med en grönsaksbuljongtärning och håll på plåten/ugnsformen som pumpan får puttra i.

