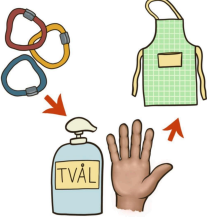




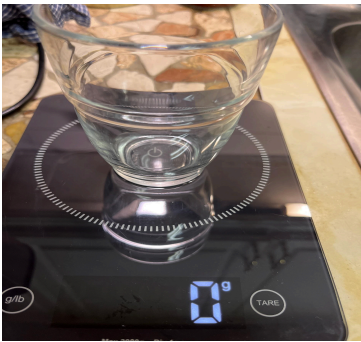







# Koka pasta

Redskap	Ingredienser
tsk-mått durkslag stor kastrull med lock litermått pastaslev våg glas (litet glas) (krm)	ca 1,5 liter kallt vatten ca 0,5 tsk salt 1 tsk olja pasta, 60 gram per person  Om du vill: 1 krm karamellfärg/hushållsfärg

## Gör så här

	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Sätt upp långt hår.</li><li><input type="checkbox"/> Sätt på förkläde.</li><li><input type="checkbox"/> Tvätta händerna.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Läs igenom hela receptet.</li><li><input type="checkbox"/> Fördela dagens arbete.</li></ul>
 	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Mät upp ca 1,5 liter kallt vatten i en stor kastrull.</li><li><input type="checkbox"/> Tillsätt (lägg i ) ca 0,5 tsk salt.</li><li><input type="checkbox"/> Sätt på 9: an och låt vattnet koka upp.</li><li><input type="checkbox"/> Sätt på locket så kokar det snabbare.</li></ul> 

	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ställ ett glas på vågen.</li> <li><input type="checkbox"/> Nollställ vågen.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Väg upp 60 gram pasta per person.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Lägg pastan i det kokande vattnet.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Låt pastan koka livligt i kastrullen.</li> </ul> <p>Hur länge beror på vilken pasta du har men vanligtvis 8-11 minuter  <b>OBS: Sätt INTE på locket, för då kokar det över!</b></p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ta upp en pasta och pröva om den är färdigkokt = mjuk.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ställ durkslaget i diskhon.</li> <li><input type="checkbox"/> Häll över pastan i durkslaget.</li> <li><input type="checkbox"/> Lägg sedan tillbaka pastan i kastrullen.</li> </ul> <p><b>OBS: Ångan är varm, var försiktig!</b></p>

## Halloweenpasta



- Mät upp 1 tsk olja i ett litet glas.
- Mät upp 1 krm karamellfärg/ hushållsfärg och håll den i oljan.
- Rör om (det kommer inte att blanda sig)

**OBS! Karamellfärg är mycket svårt att få bort från händer och kläder så var försiktig!**



- Häll oljeblandningen över pastan och blanda om.

**OBS!**

- Planera så att din pasta är klar samtidigt med det du ska servera till pastan!

### Bra att veta!

- En normal portion pasta är ca 85 gram.
- Pasta är gjord av mjöl och vatten, ibland ägg.
- När man lagar mat använder man alltid kallt vatten.
- När du kokar pasta hemma är det smart att koka upp vattnet i vattenkokaren först. Det sparar du energi på.
- Vänd alltid handtagen in mot spisen så att du inte råkar fastna i handtaget och få varm vätska på dig!
- Al dente kallas det när pastan fortfarande har en fast kärna. Det är italienska och betyder "för tanden".
- Det finns också fullkornspasta och fiberpasta som ger dig mer långsamma kolhydrater.
- Pasta görs ofta av ett mjöl som heter Durumvete. Det mjölet är en hård vetesort med extra starkt protein.
- Oljan och karamellfärgen kommer inte att blanda sig ordentligt för att karamellfärgen innehåller vatten. Vatten och olja kan inte blandas utan kommer att vara små droppar vätska i den andra vätskan. En blandning som innehåller små droppar av en vätska i en annan vätska kallas för emulsion.

