



Ингредиенты

- Макароны подходящего размера (из пшеницы или не содержащие пшеницы — wheat-free) — **75 г**
- Мясной фарш (говядина, баранина, курица, индейка) — **30 г**
- Сельдерей или лук порей— **45 г**
- Морковь (небольшого размера) — **1 шт.**
- Растительное масло для обжарки
- [Смесь «Неокейт»](#) — **примерно 140 мл (9-10 столовых ложек)**

Приготовление

Отварите макароны до готовности. (как указано на упаковке)

Слегка обжарьте мясной фарш.

Мелко порежьте лук, натрите сырую морковь (сельдерей) на мелкой терке.

Обжарьте на масле лук, добавьте натертые на терке морковь (сельдерей), пожарьте в течение 2-3 мин. Добавьте небольшое количество воды, доведите до кипения.

Смешайте макароны, мясо и овощи.

Тушите под крышкой в течение 20 мин.

Уберите кастрюлю с огня, дайте немного остыть.

Добавьте приготовленную заранее смесь [смесь «НЕОКЕЙТ»](#) и тщательно перемешайте.

Посоветуйтесь с Вашим врачом перед тем, как приготовить макаронные изделия о том, какую муку можно использовать для приготовления соуса.

Можно использовать приправы, которые рекомендованы Вашим врачом.

Для приготовления можно использовать любые овощи, мясо или их комбинации, которые рекомендует ваш врач и которые доступны с учетом сезона