nutrilab

JORNADA GASTRONÓMICA

Disfrutamos de los sabores del otoño

ZUCCARONI



OTOÑO



MACARRONES INTEGRALES con salsa de setas y calabaza



ZUCCARONI

MACARRONES INTEGRALES
con salsa de setas y calabaza





Ingredientes

- 400g Macarrones
- 300ml Leche entera
- 300g Calabaza
- 250g Setas
- 1 und. Cebolla mediana
- 1 und. Diente de ajo
- 100ml Nata para cocinar
- 2 c/s Aceite de oliva
- Al gusto sal

Paso a paso

Para la salsa

En una sartén sofreír la cebolla junto con el ajo picado hasta que estén tiernos. Añade las setas y saltea para potenciar su sabor.

Incorpora la leche templada y la nata, salpimentar y deja cocinar a fuego suave durante unos 10 minutos hasta obtener una salsa ligeramente reducida y cremosa. Tritura con ayuda de una batidora, hasta conseguir una textura suave y reserva.

En una sartén aparte, pocha la calabaza pelada y cortada en dados pequeños. Tiene que quedar tierna y ligeramente dorada. Reservar.

Para la pasta

En una olla pon agua con sal y cuando empiece a hervir añade la pasta. Cocina por 6 minutos.

Escurre la pasta y sin refrescar añádelo a la salsa.

Montaje final

Sirve en el plato los macarrones con la salsa y por encima añade la calabaza salteada aportando color y un toque dulce al plato.