

ESPAGUETI A LA CREMA

Preparar una pasta a la crema, claro, con crema de almendras. Una delicia que estamos seguros será de tu agrado.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 1 trozo de cebolla
- Perejil
- Pimiento morrón (Fresco o de lata)
- 50gr de nueces
- Aceite de oliva
- 3 Tazas de crema vegana
- 1/4 de taza de vino blanco
- Sal
- 250gr de espagueti

NOTA: Todas las verduras deben de estar lavadas y desinfectadas.

Modo de preparación

una cacerola vertemos 1 y $\frac{1}{2}$ litro de agua, agregamos una 1 y $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal. Prendemos el fuego y esperamos a que hierva.

250 gr de espagueti. Dejamos que hierva por 12 minutos. Revisamos el espagueti, debe de quedar al dente. Si no está listo, dejamos 3 minutos más. Apagamos el fuego y lo colamos. Agregamos un poco de aceite de oliva y mezclamos con cuidado. Apartamos.

una sartén ya caliente agregamos un poco de aceite vegetal y un trozo grande de cebolla finamente picada. Sofreímos por 40 segundos. Agregamos un puño de perejil finamente picado y movemos por 40 segundos. Agregamos 50 gr de nueces picadas y mezclamos.

un pimiento partido en pequeños cubos (Puede ser fresco o de lata) mezclamos por 40 segundos y agregamos $\frac{1}{4}$ de taza de vino blanco (opcional) y 3 tazas de crema vegana. Mezclamos. Agregamos una cucharadita de sal y mezclamos.

que hierva y probamos de sal. Si hace falta sal, agregamos al gusto.

el espagueti y mezclamos con cuidado hasta que se impregne todo el espagueti. Apagamos el fuego.

.

NOTA.: Todas las verduras deben de estar lavadas y desinfectadas.

MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Ver video