



PASTA PRIMAVERA

Ingredientes:

- 5 cucharadas de mantequilla
- 4 cucharadas de cebolla, picada finamente
- 4 cucharadas de apio, picado
- 1 zanahoria, lavada, pelada y picada en cubos medianos
- 1 calabacita lavada, picada en cubos medianos
- 1 pimiento morrón rojo, lavado y picado en cubos medianos
- 1 ½ cucharadas de consomé de pollo
- 1 ½ tazas de crema (375 ml)
- 500g de pasta de tornillo o fettucine, cocida al dente y escurrida
- ¼ taza de queso parmesano, rallado
- 2 cucharadas de perejil, desinfectado y picado finamente
- 2 tazas de brócoli, cocido y en ramilletes pequeños

Procedimiento:

1. En una sartén caliente la mantequilla y fríe la cebolla agrega el apio con la zanahoria y cocina hasta que estén suaves. Incorpora la calabacita con el pimiento rojo y el consomé continúa la cocción por 10 minutos más.
2. Añade la crema, la pasta integral, el queso parmesano, el perejil y el brócoli.
3. Mezcla los ingredientes hasta integrarlos, cocina 5 minutos y ofrece caliente.

Tiempo de preparación:

15 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4