



Pasta Primavera



Categoria
Massas



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Médio



Com quem?
A sós



Nº de pessoas
1 pessoa

Ingredientes

Q.b. de Gallo Azeite Virgem
Extra Grande Escolha

Q.b. de Gallo Suave

- 125g de massa fusilli integral
- 40g de cenoura
- 40g de curgete
- Q.b. de sal
- Q.b. de pimenta

Modo de preparação

1

Cozinhe a massa em água com um fio de azeite e sal.

2

Corte os legumes em pequenas tiras e tempere com sal e pimenta a gosto.

3

Cozinhe os legumes em fogo alto com o azeite de oliva, para que não grudem no fundo da frigideira.

4

Envolva os legumes com a massa e adicione o azeite para finalizar.

5

Para variar o sabor, a pasta também pode ser servida com molho de espinafres. Para o fazer, aqueça 100ml de natas light até ferver, adicione 100g de espinafres em folha e deixe ferver por 2 minutos. Triture tudo numa liquidificadora e adicione sal e pimenta a gosto.

Produtos utilizados



Grande Escolha

Azeite de Oliva Extra Virgem Premium



Suave

Azeite de Oliva Tipo Único

Veja também

 Massas  Médio  Fácil

Raviolis Salteados com Cogumelos e Balsâmico

 Massas  Médio  Médio

Linguini com camarão e rúcula

 Massas  Médio  Fácil

Pizza de atum

 Massas  Médio  Fácil

Macarrão com atum, tomate e alcaparras

 Massas  Médio  Fácil

Massa com espargos e presunto crocante



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide