



MAIN DISHES

Tallarines amb navalles i rosellones

🕒 1h 🍴 4 servings 🔥 650 kcal

Ingredients

500 g de tallarines

20–24 navalles

400 g de rosellones

3–4 grans d'all

1–2 bitxos (al gust)

Oli d'oliva verge extra

1 culleradeta i mitja de pebre vermell dolç

40–50 g de mantega

Farigola i romani

Parmesà ratllat fi

Sal

PER SERVING

Protein	35 g
Fat	30 g
Carbs	60 g
Fiber	5 g

Method

- 1 Deixa les navalles i les rosellones en aigua amb sal durant aproximadament una hora.
- 2 En una paella, cou els alls laminats i els bitxos amb oli d'oliva a foc ben suau.
- 3 Quan comencin a daurar-se lleugerament, afegeix el pebre vermell, retira del foc i remena.
- 4 En una cassola, fon la mantega fins que comenci a enfosquir lleugerament.
- 5 Afegeix-hi les navalles, cou-les un parell de minuts i retira-les.
- 6 A la mateixa cassola, incorpora les rosellones i, quan s'obrin, afegeix-hi la base d'all, bitxo i pebre vermell.
- 7 Bull les tallarines en aigua abundant amb sal fins que siguin al dente.
- 8 Reserva una mica de l'aigua de cocció.
- 9 Afegeix un cullerot de l'aigua de la pasta al suc de la cassola i emulsiona-ho amb unes varetes.
- 10 Incorpora les tallarines a la cassola i remena perquè s'impregnin bé de la salsa.

- 11 Afegeix-hi les rossellones.
- 12 Per servir, disposa les navalles al voltant, acaba amb un toc d'herbes aromàtiques i pebre, i finalitza amb pomesà ratllat.

