Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Papiri a la boloñesa

30min · 4 raciones · 449 kcal

Ingredientes

- **400gr** de carne picada (cerdo/ternera)
- Gr de papiri
- **3** pimientos tricolor (amarillo, rojo y verde)
- **1** cebolla
- **3 dientes** de ajo
- **1** puerro
- **3** zanahorias
- **35**-40gr de aove
- **60gr** de vino blanco
- **1 hoja** de laurel
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**20 g**
Grasas	**31 g**
Hidratos	**21 g**
Fibra	**4,8 g**

Elaboración

1. Cortamos toda la verdura en brunoise (o picamos con el robot de cocina), en una cacerola añadimos 35gr de aove, la verdura cortada y pochamos a fuego medio durante unos 8-10 min.
2. Añadimos la carne picada, sofreímos durante 8-10 min., agregamos el vino blanco y continuamos cocinando 10-12 min mas.
3. Mientras se termina de cocinar la carne, ponemos abundante agua a hervir en una cacerola junto con un chorrito de aove, el laurel y sal, cuando esté hirviendo añadimos la pasta y cocinamos hasta que esté al dente.
4. Escurrimos el agua y vertimos la pasta en la cacerola de la boloñesa, removemos para integrar todo bien, y servimos caliente.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya