HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Tagliatelle de gambas

1 ración · 835 kcal

Ingredientes

- **150 g** de tagliatelle por persona
- **½** docena de gambas
- **½** cebolla
- **1 diente** de ajo
- **200 g** de tomate natural triturado
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**40 g**
Grasas	**19 g**
Hidratos	**125 g**
Fibra	**8,1 g**

Elaboración

1. Pelar las gambas o gambones y quitarles el intestino
2. Marcar las gambas en una sartén bien caliente con un chorrito de aceite de oliva hasta que estén doradas por cada lado
3. Reservar las gambas aparte
4. En la misma sartén dorar las cáscaras y las cabezas, aplastándolas, para aprovechar todo el jugo y el sabor
5. Pochar la cebolla y el ajo con todo el jugo de la sartén
6. Cuando la cebolla esté doradita, añadir el tomate, un poco de sal y pimienta, y cocinar la salsa durante unos 8 o 10 minutos
7. Mientras tanto, hervir la pasta
8. Añadir a la salsa las gambas ya cocinadas y la pasta hervida, y mezclarlo todo con la salsa bien caliente
9. Servir con un montón de queso rallado por encima

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto