Maria



PLATOS PRINCIPALES · VEGANO

Spaguetti al pomodoro

20min · 4 raciones · 429 kcal

Ingredientes

- **1** cebolla
- **1** zanahoria
- **2 dientes** de ajo
- **1 lata** de tomate natural triturado (mutti)
- Oregano
- AOVE
- Spaguetti

POR RACIÓN

Proteínas	**13 g**
Grasas	**7,9 g**
Hidratos	**76 g**
Fibra	**5,2 g**

Elaboración

1. Picar la cebolla, la zanahoria y los ajos
2. Añadir a la sartén con AOVE y sofreír a fuego lento-medio todo junto hasta que la cebolla quede transparente
3. Salpimentar al gusto
4. Añadir toda la lata de tomate y orégano al gusto
5. Cocinar durante 20 minutos a fuego medio. Aprovechar para rectificar de sal
6. Cocer la pasta según el fabricante
7. Añadir la pasta a la salsa y mezclar

Hecho con CookNest