Maria



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Pasta con calabacín

2 raciones 690 kcal

Ingredientes

- **1** calabacín
- **250 g** de espaguetis
- **1 diente** de ajo
- Hojas de albahaca al gusto
- Queso provolone al gusto
- AOVE
- Sal y pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**28 g**
Grasas	**20 g**
Hidratos	**98 g**
Fibra	**5,1 g**

Elaboración

1. Corta el calabacín en dados pequeños.
2. Sofríelo junto con el diente de ajo en un poco de AOVE. Salpimienta y cocina durante unos minutos, hasta que el calabacín esté tierno.
3. Añade las hojas de albahaca y mezcla.
4. Cuece los espaguetis y reserva un poco del agua de cocción.
5. Añade un chorrito de agua de cocción al calabacín y mezcla.
6. Incorpora los espaguetis y el provolone. Añade poco a poco más agua de cocción mientras mezclas, hasta conseguir una salsa cremosa y bien ligada.
7. Termina con unas hojas de albahaca por encima.

RECOMENDACIONES

Puedes sustituir el queso por queso crema y también queda buenísima.

Hecho con CookNest

