Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PLATOS PRINCIPALES

Espaguetis negros con gulas y berberechos

2 raciones · 668 kcal

Ingredientes

- 2 sobres de tinta de sepia
- 150 gramos de espaguetis o tallarines
- 1 paquete de gulas
- 1 caja de berberechos
- 3 ajos
- Aove
- 2 guindillas
- Sal y perejil

POR RACIÓN

Proteínas	38 g
Grasas	24 g
Hidratos	75 g
Fibra	3,6 g

Elaboración

1. Hervimos la pasta en una olla con abundante agua. A los 7-8 minutos retiramos del fuego y le quitamos el agua.
2. Abrimos la lata de berberechos, ponemos el líquido en un recipiente, calentamos 30 seg en el micro y mezclamos con la tinta de sepia.
3. Añadimos la mezcla con la tinta a la olla y dejamos que se haga 3 minutos más a fuego lento removiendo.
4. En una sartén con aceite ponemos los 3 ajos laminados, junto con la guindilla y antes de que se empiece a dorar añadimos las gulas y por último los berberechos. Removemos unos minutos a fuego medio.
5. Emplatamos la pasta, encima las gulas y berberechos.

RECOMENDACIONES

Al emplatar se puede añadir queso si se desea.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta