

SALTEADO DE GUISANTES CON SPAGUETTIS



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Mary Díaz **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Para diabéticos

Otros: Cocina Moderna

Coste: Económico

Descripción:

Primer plato y único. Prepare este plato para un concurso y gane, pero lo más importante es que estaba riquísimo

Ingredientes para 1 persona :

- 250 de guisantes
- 1 zanahoria
- 1 pimiento verde
- 50 gr de bacón
- 60 gr de espaguetis
- ajo en polvo

Preparación:

Paso 1

PREPARACIÓN DEL CURRY INGREDIENTES: -1/2 Manzana pelada y cortada en cuadraditos -1/2 Cebolla pequeña, cortada en cuadraditos -1/2 cucharada gr de harina -1/4 de caldo -1/2 cl de aceite -1 Cucharadita de curry **PREPARACIÓN:** Se ponen a cocer los espaguetis con un poco de sal y aceite. Mientras se pone en una sartén los guisantes y los demás ingredientes bien picados, espolvoreamos por encima el ajo en polvo. Mientras se saltean las verduras se hace una poca salsa se curry;Rehogar la cebolla, cuando este blanda añadir la manzana. Cuando este la manzana un poco echa, echar la harina.Remover bien y añadir el caldo, echar la sal y el curry. Revolver bien y cocer a fuego suave 7 minutos. Cuando estén los espaguetis cocidos los escurrimos y los salteamos en una sartén con una pizca de aceite, los colocamos alrededor de un plato echamos las verduras en el centro y la salsa de curry por encima. YA ESTARÍA LISTO PARA COMER Y ESTABA BUENIIIIIMOOOO OS LO ASEGURO