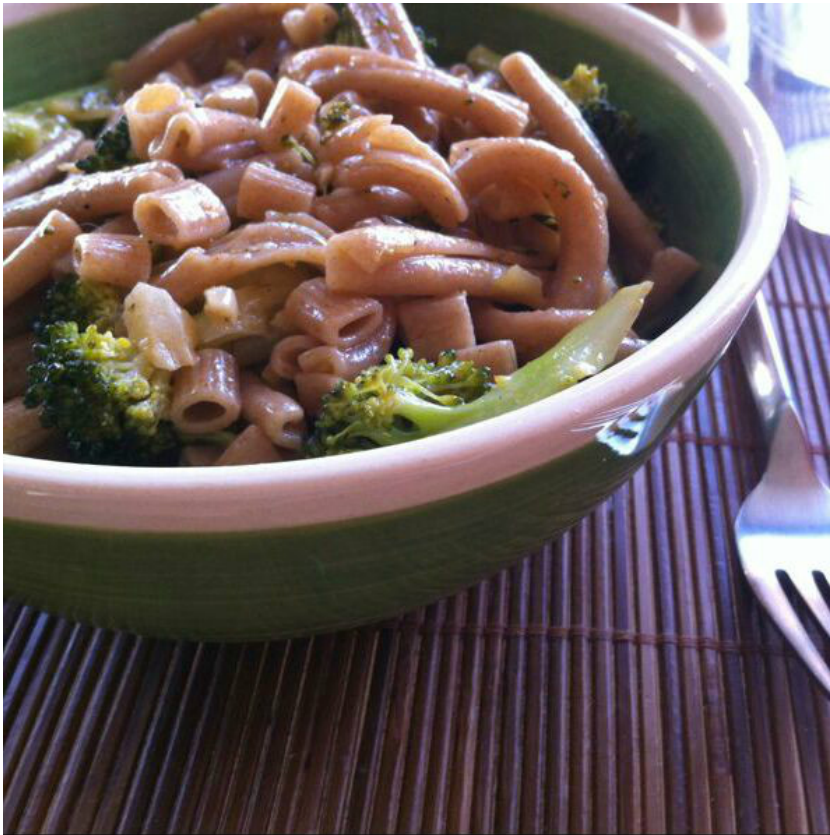


Strozzapreti y Ditalini de Espelta con salsa de vino blanco, ajos y broccoli



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

Creador: Jorge Reina **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegana

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

El truco de esta receta:

La pasta de espelta (farro) italiana

Descripción:

Lo más difícil podría ser localizar la pasta de espelta o farro dependiendo de donde vivas. Es bien fácil su elaboración. Por una parte, cuece el broccoli (brécol) y haz un sofrito con ajo y cayena. Luego pon el broccoli en el sofrito y déjalo un minuto. Añade el vaso de vino y déjalo cocer un ratín. Por otro lado, cuece el agua según las instrucciones de la pasta y voila lá!. pasta más salsa igual a primer plato. Es un plato bien fácil de hacer y de paso variamos la pasta con salsa de tomate tan habitual en las cocinas españolas.

Ingredientes para 2 personas :

- 300 gramos de Broccoli
- 3 dientes de ajos
- un vaso de Vino Blanco
- 1 cayena

Preparación:

Paso 1

pasito a pasito y con amor