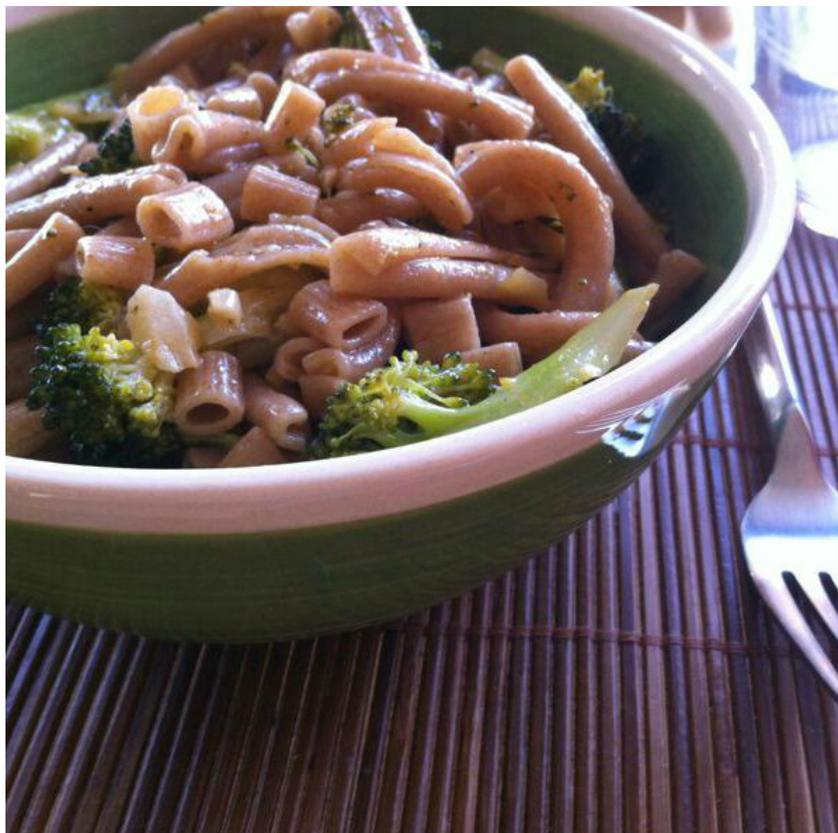


# Strozzapreti y Ditalini de Espelta con salsa de vino blanco, ajos y broccoli



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Jorge Reina **Recetizador:** karmela



**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