lazos con crema de guisantes

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

Creador: bertodu **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

El truco de esta receta:
tomarlo recién echo y si no es posible, templar la salsa y servirla justo al ir a comerla, que se eche cada comensal la cantidad que quiera

Descripción:

pasta con una guarnición de verduras, en este caso de guisantes, un plato muy completo nutritivamente hablando

Ingredientes para 4 personas :

- 400 g de farfalle (lacitos o cualquier otra pasta corta)
- 400 gr. de guisantes
- 1 cucharada de mantequilla o margarina
- 1 cucharada de aceite de oliva
- una pizca de sal

Preparación:

Paso 1

preparar los ingredientes, se puede utilizar cualquier pasta, yo hoy he usado farfalle o lacitos, 100 gr. por comensal, y los guisantes lo mismo 100 gr. por persona, a mí me gustan los guisantes congelados de findus, que vienen en paquete de 400 gr.

Paso 2

poner en una cazuela al fuego, la cucharada de margarina o mantequilla, añadirle un pizca de sal, remover y echarle agua hasta que los cubra, tapar y cocer durante 10 minutos. De mientras en otra cazuela, poner agua con sal y una gota de aceite y cuando hierva echar la pasta, hervir durante 7 minutos y escurrir.

Paso 3

Sacar unos pocos guisantes para adornar y el resto batirlo con la batidora añadiendo la cucharada de aceite de oliva, para que quede fina con la textura de una salsa mahonesa

Paso 4

poner la salsa en una salsera, una vez escurrida la pasta ponerla en los platos, cubrir con la salsa y los guisantes reservados por encima