

Tupperware®

Porciones: 4 · Tamaño de la porción: 2 tazas



TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos
TIEMPO DE COCCIÓN: 8 minutos

PASTA de ajo y tomate deshidratado

- ¼ de taza de aceite de oliva extra virgen
- ¾ de taza de tomate deshidratado picado (envasado en aceite)
- ½ taza de perejil o albahaca frescos
- ¼ de taza de queso parmesano rallado
- 1¼ de cdta. de sal kosher dividida
- 2 dientes de ajo pelados
- 1 lb./455 g de espaguetis partidos a la mitad

1. En la base del sistema PowerChef® equipado con el accesorio de la cuchilla, mezcla el aceite de oliva, el ajo, los tomates deshidratados y ¼ de cdta. de sal. Cierra el sistema y jala la cuerda varias veces hasta que el ajo y los tomates estén bien triturados. Añade el perejil; tapa y jala de la cuerda hasta que todo esté bien cortado.
2. En la base de la Multiolla Inteligente, mezcla los espaguetis y la sal restante. Agrega agua hasta alcanzar la línea de llenado máximo. Cuece en el microondas, en potencia alta, durante 8 minutos o hasta que esté al dente.
3. Escurre el agua y transfiere los espaguetis a un tazón grande. Vierte la mezcla de aceite de oliva sobre la pasta y mézclalos. Ponle queso parmesano encima. Sirve tibio.

Información nutricional (por porción):

Calorías: 780 Grasa Total: 36g Grasa saturada: 7g de Colesterol: 10mg Sodio: 640 mg Carbohidratos: 92g Fibra: 5g Azúcar: 8g Proteínas: 22g Vitamina A: 15% Vitamina C: 25% Calcio: 25% Hierro: 15%

Tupperware®

Porciones: 4 · Tamaño de la porción: 2 tazas



TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos
TIEMPO DE COCCIÓN: 8 minutos

PASTA de ajo y tomate deshidratado

- ¼ de taza de aceite de oliva extra virgen
- ¾ de taza de tomate deshidratado picado (envasado en aceite)
- ½ taza de perejil o albahaca frescos
- ¼ de taza de queso parmesano rallado
- 1¼ de cdta. de sal kosher dividida
- 2 dientes de ajo pelados
- 1 lb./455 g de espaguetis partidos a la mitad

1. En la base del sistema PowerChef® equipado con el accesorio de la cuchilla, mezcla el aceite de oliva, el ajo, los tomates deshidratados y ¼ de cdta. de sal. Cierra el sistema y jala la cuerda varias veces hasta que el ajo y los tomates estén bien triturados. Añade el perejil; tapa y jala de la cuerda hasta que todo esté bien cortado.
2. En la base de la Multiolla Inteligente, mezcla los espaguetis y la sal restante. Agrega agua hasta alcanzar la línea de llenado máximo. Cuece en el microondas, en potencia alta, durante 8 minutos o hasta que esté al dente.
3. Escurre el agua y transfiere los espaguetis a un tazón grande. Vierte la mezcla de aceite de oliva sobre la pasta y mézclalos. Ponle queso parmesano encima. Sirve tibio.

Información nutricional (por porción):

Calorías: 780 Grasa Total: 36g Grasa saturada: 7g de Colesterol: 10mg Sodio: 640 mg Carbohidratos: 92g Fibra: 5g Azúcar: 8g Proteínas: 22g Vitamina A: 15% Vitamina C: 25% Calcio: 25% Hierro: 15%

Tupperware®

Porciones: 4 · Tamaño de la porción: 2 tazas



TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos
TIEMPO DE COCCIÓN: 8 minutos

PASTA de ajo y tomate deshidratado

- ¼ de taza de aceite de oliva extra virgen
- ¾ de taza de tomate deshidratado picado (envasado en aceite)
- ½ taza de perejil o albahaca frescos
- ¼ de taza de queso parmesano rallado
- 1¼ de cdta. de sal kosher dividida
- 2 dientes de ajo pelados
- 1 lb./455 g de espaguetis partidos a la mitad

1. En la base del sistema PowerChef® equipado con el accesorio de la cuchilla, mezcla el aceite de oliva, el ajo, los tomates deshidratados y ¼ de cdta. de sal. Cierra el sistema y jala la cuerda varias veces hasta que el ajo y los tomates estén bien triturados. Añade el perejil; tapa y jala de la cuerda hasta que todo esté bien cortado.
2. En la base de la Multiolla Inteligente, mezcla los espaguetis y la sal restante. Agrega agua hasta alcanzar la línea de llenado máximo. Cuece en el microondas, en potencia alta, durante 8 minutos o hasta que esté al dente.
3. Escurre el agua y transfiere los espaguetis a un tazón grande. Vierte la mezcla de aceite de oliva sobre la pasta y mézclalos. Ponle queso parmesano encima. Sirve tibio.

Información nutricional (por porción):

Calorías: 780 Grasa Total: 36g Grasa saturada: 7g de Colesterol: 10mg Sodio: 640 mg Carbohidratos: 92g Fibra: 5g Azúcar: 8g Proteínas: 22g Vitamina A: 15% Vitamina C: 25% Calcio: 25% Hierro: 15%