



reteta-video.ro

Paste cu sos de dovlecei

Pastele cu sos de dovlecei sunt o mancare de post rapida, cu un sos gustos si sanatos, ce poate fi folosit si pentru alte preparate vegetariene.

INGREDIENTE PASTE CU SOS DE DOVLECEI

200 gr. de paste
2 dovlecei mari curatati si spalati
2 cepe curatate si spalate
1 ardei gras curatat de seminte si spalat
3 rosii decojite
5-6 catei de usturoi curatati si spalati
2 linguri de ulei
sare
piper proaspat macinat
1 lingurita de oregano

MOD DE PREPARARE PASTE CU SOS DE DOVLECEI

- PASUL 1**
Taiem dovleceii in cubulete mici. Tocam ceapa julien. Taiem ardeiul in fasii subtiri. Tocam fin usturoiul. Taiem rosiile in cubulete.
- PASUL 2**
Pregatim aragazul.
- PASUL 3**
Pregatim o cratita cu apa, in care punem un varf de lingurita de sare si lasam sa fiarba.
- PASUL 4**
Pregatim o tigaie inalta in care punem uleiul. Adaugam dovleceii si ii lasam la calit pana cand acestia devin moi.
- PASUL 5**
Punem ceapa, ardeiul, rosiile si usturoiul in tigaie, amestecam si lasam sa fiarba pana cand scade tot sosul.
- PASUL 6**
Cand apa din cratita fierbe, punem pastele si fierbem conform instructiunilor de pe ambalaj.
- PASUL 7**
Pregatim o strecuratoare si scurgem bine pastele fierte.
- PASUL 8**
Condimentam sosul cu sare, piper si oregano, amestecam si lasam sa fiarba pana cand obtinem un sos fara zeama.
- PASUL 9**
Cand sosul a scazut inchidem aragazul.
- PASUL 10**
Punem pastele scurse in farfurie iar deasupra, sosul de dovlecei.
- PASUL 11**
Servim calde.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru
Paste cu Sos de Dovlecei.**

POFTA BUNA!