



# Pasta Primavera

La pasta no necesariamente debe ser enemiga de la primavera y el verano. Sólo tenemos que hacer que nuestros platos de pasta sean frescos y saludables, y por eso te dejamos esta receta de PASTA PRIMAVERA!

## □ **Ingredientes:**

- 1 paquete de pasta seca, la que más te guste. Recomendamos que sea pasta corta.
- 1 taza de pimiento rojo cortado en cubos
- 1 taza de brócoli
- 1 taza de zanahorias en rodajas
- 2 tazas de agua de pasta reservada
- 4 cucharadas de queso crema
- 3 dientes de ajo picados
- 1 taza de cebolla de verdeo picada
- 1 taza de zucchini en rodajas
- hojas frescas de tomillo
- Sal y pimienta
- Parmesano para decorar

## □ **Preparación:**

- 1- Cocinar la pasta de acuerdo con las instrucciones del paquete.
- 2- Cuando esté casi al dente, agregar los pimientos, el brócoli y las zanahorias en el agua hirviendo para blanquearlos durante un minuto.
- 3- Luego escurrir la pasta y las verduras en un colador, reservando 2 tazas de agua de pasta.
- 4- Poner el agua de la pasta a un lado y enjuague la pasta y las verduras con agua fría.
- 5- Usando la misma olla, colocar el agua de la pasta, el queso crema y el ajo a fuego medio y batir para crear una salsa de crema fina y suave.

5- Una vez que la salsa esté completamente suave, agregar la pasta y las verduras blanqueadas nuevamente a la olla. Revolver bien para cubrir la pasta.

6- Agregar la cebolla de verdeo picada, las rodajas crudas de zucchini y el tomillo.

7- Condimentar con sal y pimienta. Servir a temperatura ambiente.