



Fusilli de espelta con alcachofas y habitas baby



25 min



4 raciones



fácil

Ingredientes



Alcachofas baby congeladas
6 a 8 ud



Habitas baby congeladas
2 puñados



Fusilli de espelta integral
4 puñados



Cebolla roja
1/4 ud



Parmigiano Grana Padano curado



Aceite de oliva



Albahaca fresca



Sal y pimienta

Elaboración

Coger una olla y poner agua a hervir. Añadir la pasta y un poco de sal y cocer durante 4 – 5 minutos.

En otra olla con agua hirviendo poner las **alcachofas** y las **habas** y hervir durante 6-7 minutos.

Escurrir la pasta y las verduras.

Picar la cebolla roja y sofreír en una sartén a fuego lento hasta que esté doradita y retirar. En la misma sartén, saltear las verduras con un poco de aceite de oliva virgen extra y sal. Cuando estén en su punto retirar.

Para servir el plato colocar la pasta, añadir en el centro la cebolla picada, después las verduras y las lascas de parmigiano; por último, sazonar con un poquito de pimienta negra o roja y la albahaca fresca (3-4 hojas por plato).

También se puede echar, como toque final, un chorrito de aceite de oliva virgen extra.



receta cortesía del blog [La Chica del Flequillo](#)

