

Raviolis de setas con chorizo en salsa cajún cremosa

Exprés **Picante**

17



Ravioli de setas



Chorizo troceado



Mix de especias Cajún



Ajo tierno



Chalota



Leche

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, orégano.

Cocinando: 15 mins
Listo en: 15 mins



¿Conoces el origen de la pasta rellena? Surgió en la Edad Media como una manera de aprovechar sobras de carne o verduras al envolverlas en finas capas de masa. La gastronomía italiana desarrolló este concepto y se popularizó hasta obtener productos como estos raviolis rellenos de setas, que podrás probar en esta receta exprés.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Colador, olla.

Ingredientes

	2P	4P
Ravioli de setas* 7) 8) 13)	250 gramos	500 gramos
Chorizo troceado* 7)	100 gramos	200 gramos
Mix de especias Cajún 14)	2 sobres	4 sobres
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Chalota	2 unidades	4 unidades
Leche 7)	200 ml	400 ml
Orégano	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	327 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2666/ 637	815/ 195
Grasas (g)	42,0	12,9
de las cuales saturadas (g)	14,4	4,4
Carbohidratos (g)	43,9	13,4
de los cuales azúcares (g)	10,3	3,2
Proteínas (g)	25,3	7,8
Sal (g)	3,3	1,0

Alérgenos

7) Leche **8)** Huevo **13)** Cereales que contienen gluten
14) Sulfitos.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

1



Prepara los ingredientes

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- En una olla, agrega abundante **agua** y una pizca de **sal**. Cubre con una tapa y lleva a ebullición.
- Mientras tanto, pela y pica la **chalota**.
- Corta el **ajo tierno** en rodajas finas.

3



Cocina la pasta

- Cuando el **agua** de la olla hierva, añade los **raviolis de setas** y cocina a fuego medio 3-4 min o hasta que queden tiernos.
- Escurre con un colador.

SABÍAS QUE: La pasta “al dente” se digiere mejor gracias a su bajo índice glucémico, que provoca que el almidón se descomponga más lentamente, promoviendo una digestión más lenta y saludable.

2



Prepara la salsa

- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega la **chalota**, el **ajo tierno** y el **chorizo** y cocina 3-4 min, removiendo, hasta que el **chorizo** se dore.
- Añade las **especias cajún** y la **leche** y lleva a ebullición.
- Luego, cocina a fuego medio-alto 3-4 min, moviendo, hasta que la **salsa** espese.

CONSEJO: Puedes cocinar la salsa 1 min más si la prefieres más espesa.

4



Combina y emplata

- Cuando la **salsa** haya espesado, añade el **orégano** (ver cantidad en ingredientes) y mezcla.
- Añade los **raviolis** a la sartén, **salpimenta** al gusto y mezcla.
- Sirve los **raviolis de setas** con **salsa cajún** y **chorizo** en platos y decora con **orégano** al gusto.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.



¡Recíclame!

