



Rigatoni con champiñones y brócoli

en salsa cremosa con nueces

Familia Vegetariano Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 20 min

9



Queso italiano rallado curado



Rigatoni



Brócoli



Crème Fraîche



Nueces peladas



Champiñones



Caldo vegetal

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

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, cazo grande, sartén mediana.

Ingredientes

	2P	4P
Queso italiano rallado curado* 7)	25 gramos	50 gramos
Rigatoni 13)	180 gramos	360 gramos
Brócoli	250 gramos	500 gramos
Crème Fraîche* 7)	200 gramos	400 gramos
Nueces peladas 2)	20 gramos	40 gramos
Champiñones*	125 gramos	250 gramos
Caldo vegetal 10)	1 sobre	2 sobres
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	50 ml	100 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	403 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3293/ 787	818/ 196
Grasas (g)	42,5	10,6
de las cuales saturadas (g)	23,3	5,8
Carbohidratos (g)	73,9	18,4
de los cuales azúcares (g)	9,9	2,5
Proteínas (g)	25,7	6,4
Sal (g)	1,3	0,3

Alérgenos

2) Fruto secos 7) Leche 10) Apio 13) Cereales que contienen gluten.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



1 Cuele la pasta

En un cazo grande, agrega abundante **agua** junto con una pizca de **sal**. Cubre con una tapa y deja hervir a fuego alto. Añade los **rigatoni** al cazo con agua hirviendo. Cocínalos durante 10-12 min o hasta que queden tiernos.



2 Prepara las verduras

Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Corta el **brócoli** por la mitad, retira el tallo y corta una mitad (doble para 4p) en floretes pequeños. Limpia la mitad de los **champiñones** (doble para 4p) con un paño húmedo. Luego, córtalos por la mitad y haz láminas finas. Cuando queden 4 min para que los **rigatoni** estén listos, agrega el **brócoli** al cazo y lleva a ebullición. Cocina los 4 min restantes.



3 Corta las nueces

Cuando los **rigatoni** y el **brócoli** estén listos, escúrrelos con ayuda de un colador. Luego, vuelve a poner en el cazo. Pica las **nueces** en trozos grandes.

CONSEJO: Puedes agregar un chorrito de aceite a la pasta cocida para evitar que se pegue.



4 Saltea los champiñones

En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Luego, agrega los **champiñones** y **salpimenta**. Cocina, mientras remueves, 5-6 min, hasta que estén dorados.

CONSEJO: Si la sartén está bien caliente, los champiñones soltarán menos agua.



5 Prepara la salsa

Agrega a la sartén la **crème fraîche**, el **caldo vegetal** en polvo y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). Lleva a ebullición, luego, baja a fuego lento y cocina 2 min, hasta que la **salsa** espese. Retira del fuego y agrega el **queso italiano**. Remueve bien para que todos los ingredientes se integren.



6 Emplata y disfruta

Agrega la **salsa** con **champiñones** al cazo con los **rigatoni** y el **brócoli**. Remueve y **salpimenta** a tu gusto. Sirve los **rigatoni** con **brócoli** y **champiñones** en platos hondos. Espolvorea las **nueces** picadas sobre la **pasta**.

¡Que aproveche!