MACARRÃO AO MOLHO ITALIANO

INGREDIENTES

MOLHO ITALIANO:

Molho italiano:2 colheres das de sopa de azeite

1 dente de alho amassado

1/2 xícara das de chá de cebola cortada em cubos bem pequenos

1 colher das de sopa de farinha de trigo dissolvida em 60 ml de vinho branco seco

150 ml de leite

150 ml de caldo de carne ou legumes 0% de gordura

2 copos de iogurte natural ou coalhada dessorado por 30 minutos

4 g de adoçante à base de sucralose ou 1 colher das de chá de açúcar

1 colher das de chá de mostarda

1 colher das de sopa de alcaparra cortadas ao meio

3 abobrinhas pequenas, tipo italiana raladas no ralo grosso e escaldadas al dente (750 g)

Folhas de manjericão a gosto

Sal, pimenta, noz-moscada e temperos a gosto

PARA DECORAR:

Para decorar:Manjericão fresco a gosto

100 g de queijo tipo minas frescal amassado com o garfo ou ao seu gosto

MODO DE PREPARO

MOLHO ITALIANO:

Molho italiano:Em uma panela média aqueça o azeite e refogue o alho e a cebola. Em seguida junte a farinha dissolvida no vinho, o leite, o caldo de carne e mexa até ferver e engrossar ligeiramente.

Junte os demais ingredientes, tempere a gosto deixe cozinhar por aproximadamente 5 minutos.

Acrescente a massa ao molho e sirva bem quente com o queijo e as folhas de manjericão.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31986-macarrao-ao-molho-italiano.html