

## FARFALLE FAMIGLIA

### INGREDIENTES

500 g de macarrão farfalle gravata  
1 xícara de chá de alcaparras  
1 xícara de chá de azeitonas pretas  
10 tomates sem pele e sem sementes picados  
5 colheres de sopa de azeite de oliva  
1 colher de sopa de gergelim  
2 colheres de sopa de mel  
1 pitadinha de sal marinho  
1 colher de sobremesa de orégano  
1 pitada de manjericão  
1 cebola grande picada  
1 lata de atum sólido levemente picado

### MODO DE PREPARO

Em uma panela grande ferva 3 litros de água juntamente com 3 colheres de sopa de azeite e 1 colher de sobremesa de sal. Cozinhe o farfalle durante 3 minutos nesta água, escorra o macarrão e reserve. Na outra panela aqueça o azeite e acrescente as alcaparras, as azeitonas, os tomates e o gergelim. Coloque o mel, o sal, o orégano, o manjericão e a cebola. Vá mexendo levemente e observando que os tomates fluirão seu líquido.

Aproveite para refogar notando que essa mistura não deve ficar seca.

Quando sumir o caldinho dos tomates coloque o atum, mexa mais um pouquinho e desligue. Agregue aí o nosso farfalle e misture tudo. Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/33310-farfalle-famiglia.html>