

ESPAQUETE LEVE

INGREDIENTES

1 pacote de macarrão integral (qualquer marca)

5 tomates cortados em cubos, com semente e com pele

2 cebolas médias cortadas em cubos pequenos

2 dentes de alho picadinhos

4 colheres de azeite

1 pimentão verde médio cortado em cubinhos

Sal, pimenta-do-reino e colorau a gosto

salsa picada e queijo ralado pra decorar

1 e 1/2 litro de água

MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque a água com uma pitada de sal e uma colher de azeite, deixe no fogo alto até ferver.

Coloque o macarrão na água fervente e deixe cozinhar até ficar 'al dente' (mexer as vezes para não grudar).

Retire da água, escorra e jogue um pouco de água fria, reserve.

Em uma panela coloque as 3 colheres restantes de azeite, coloque a cebola e o alho picados e deixe refogar em fogo médio até a cebola ficar transparente, acrescente o pimentão e os tomates.

Coloque sal, pimenta do reino e colorau ao seu gosto.

Deixe apurar uns 2 minutinhos e coloque um copo de água, deixe a panela meio tampada e quando a água estiver quase seca desligue o fogo (se o pimentão ainda não estiver macio acrescente mais água).

Coloque uma porção do macarrão no prato, regue com o molho e salpique salsa e queijo ralado a gosto e sirva quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40793-espaguete-leve.html>