

Pasta integral con chauchas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Fideos soba: 500 g

Vegetales

Cebolla de verdeo: 2 Unidades

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Sal y Pimienta: A gusto

Ajo: 1 Diente

Echalotte: 1 Unidad

Arvejas frescas: 1 Taza

Perejil: 10 Hojas

Piñones: 1/2 Taza

Chauchas: 100 grs.

Manteca: 2 cdas.

Queso Pecorino: 100 g

Vino Blanco: 1/2 Taza

Puerro: 2 Tallos

Tomillo: 2 Ramitas

Esparragos: 1 Paquete

Menta: 10 Hojas

Caldo: 1 Taza

Preparación de la Receta

Vegetales

- Corte las chauchas por la mitad.
- Retire la base de los espárragos, luego ábralos por la mitad.
- Pique el *puerro*.
- Pique la *cebolla de verdeo*.
- Pele y pique el *echalotte*.
- Machaque el *ajo* con cáscara.
- Pique el *tomillo* junto con la *mente* y el *perejil*
- Reserve.
- Ralle el queso.

Armado

- En una olla con abundante agua hirviendo y sal blanquee las chauchas
- Retire y pase por abundante agua helada.
- En una sartén caliente, tueste los piñones solo unos segundos
- Retire y reserve.
- En una olla con abundante agua hirviendo cocine los fideos.
- En una sartén con una cucharada de aceite de oliva y una cucharada de *manteca* fundida saltee el *echalotte* junto con el *puerro*, agregue el vino blanco y deje evaporar.
- Luego incorpore las arvejas, los espárragos y el caldo, deje reducir y añada las chauchas junto con los fideos, mezcle bien y agregue aceite de oliva y la *manteca* restante, mezcle nuevamente
- Retire e incorpore la *cebolla* de verdeo, mezcle hasta incorporar.

Presentación

- Coloque la preparación en una fuente, espolvoree con la *menta*, el *perejil* y el *tomillo* picado.
- Decore con el queso rallado y los piñones tostados, mezcle y sirva.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pasta-integral-con-chauchas>