

# Tallarines de trigo sarraceno con koftas de soja y salsa de tomates



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

### Koftas de Soja

**Harina integral super fina:** 100 Cantidad necesaria

**Cebolla:** 1 Unidad

**Zanahoria rallada:** 1 Unidad

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

**Pan Rallado:** Cantidad necesaria

**Orégano fresco picado:** 1 cdas.

**Manteca clarificada:** 2 cdas.

**Curry:** 1 cda.

**Perejil picado:** 1 cda.

**Porotos de soja:** 500 g

### Salsa de tomates Horneados

**Aceite De Oliva:** 4 cdas.

**Tomillo:** 3 Ramas

**Orégano fresco:** 2 Ramas

**Romero fresco:** 2 Ramas

**Azucar:** 1 cda.

**Ajo:** 5 Dientes

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Tomates peritas:** 8 Unidades

**Aceto balsámico:** 2 cdas.

### Tallarines

**Sal:** A gusto

**Huevos:** 8 Unidades

**Semolin:** Cantidad necesaria

**Harina 000:** 500 g

**Aceite De Oliva:** 3 cdas.

**Harina de trigo sarraceno:** 500 g

**Queso Parmesano Rallado:** A gusto

## Preparación de la Receta

## Tallarines

- Coloque en el bowl de una batidora la *harina* de trigo sarraceno, la *harina* común y sal, comience a amasar y agregue los huevos y aceite de oliva, amase con la maquina hasta unir la masa
- Una vez obtenido el bollo amase en la mesada durante 20 minutos, hasta obtener una masa lisa, luego envuélvala en papel film y deje reposar en la heladera durante aproximadamente 30 minutos.

## Koftas de Soja

- Coloque los porotos de soja en remojo en abundante agua durante 12 horas.
- Transcurridas las horas, deseche el agua y cocínelos en abundante agua limpia durante aproximadamente 2 horas a fuego mínimo
- Terminada la cocción procese los porotos hasta obtener un puré.
- Pele y corte la *cebolla* en *brunoise*.
- En una *cacerola* caliente con *manteca* clarificada y aceite de oliva saltee la *cebolla*, espolvoree con *curry* y mezcle, cuando la *cebolla* comience a dorarse levemente agregue la *zanahoria* rallada y luego de unos minutos de cocción incorpore el puré de soja, mezcle cocine durante 5 minutos mas y retire
- Vuelque la preparación en un bowl y espolvoree con *perejil* y *orégano* picado, sazone con sal y pimienta y agregue por ultimo la *harina* integral, mezcle bien.

## Salsa de tomates Horneados

- Corte los tomates en cuartos, acomódelos en una placa, espolvoree con azúcar, agregue las ramas de *tomillo*, los dientes de *ajo*, sal, pimienta, aceto balsámico, *orégano*, *romero* y aceite de oliva, cocínelos en horno a 200°C hasta que los tomates estén dorados, luego realice un puré.

## Armado

- Arme las koftas de soja, tome con las manos pequeñas porciones de la preparación y forme bolitas, pueden ser grandes o chicas, luego páselas por pan rallado, una vez formadas las koftas dórelas en una sartén caliente con una pizca de aceite de oliva.
- Transcurrido el tiempo de reposo de la masa retírela de la heladera y estírela con un palo de amasar o con pasta linda hasta obtener un grosor fino
- Corte la masa en tiras de aproximadamente 30cm de largo por 10 de ancho, espolvoree con *semolín*, doble los extremos al medio, espolvoree con *semolín*, doble nuevamente los extremos al medio, espolvoree con *semolín* y doble nuevamente, proceda del mismo modo con el resto de las tiras, forme los tallarines cortándolos con un cuchillo
- Estire los tallarines y déjelos reposar unos 15 minutos aproximadamente
- En una *cacerola* con abundante agua hirviendo con sal cocínelos.
- Una vez obtenida la salsa de tomates horneados incorpórela las koftas de soja y los tallarines.

## Presentación

- Sirva en un plato hondo una porción de tallarines de trigo sarraceno con koftas de soja y salsa de tomates y espolvoree con abundante queso parmesano rallado.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/tallarines-de-trigo-sarraceno-con-koftas-de-soja-y-salsa-de-tomates>