



Fettucine cu roșii și crevete

Dificultate ușor

Timp de preparare 15 min.

Timp total 50 min.

Mărime porție 4 porții

Ingrediente

- 12 roșii prunișoare, jumătăți
- 2 linguri ulei de măsline
- 2 prize sare de mare
- 1 priză piper negru măcinat
- 100 g ceapă sferturi
- 2 căței de usturoi, feliați subțire
- 1 priză fulgi de chilli, sau după gust (opțional)
- ½ linguriță sare de mare, plus după gust
- ¼ linguriță piper negru măcinat, plus după gust
- 300 g paste tip fettucine
- 300 g crevete gătite (mari)
- 10 g frunze de busuioc proaspăt, tocat grosier

Valori nutritive per 1 porție

Calorii 1801 kJ / 427 kcal

Proteine

22.5 g

Carbohidrați

59 g

Grăsimi

8.2 g

Preparare

1. Preîncălziți funcția grătar a cuptorului la 230°C.
2. Puneți jumătățile de roșii într-o tigaie grill tapetată cu folie de aluminiu. Ungeți roșiile cu 1 lingură ulei de măsline și presărați cu sare și piper. Coaceți timp de 10-12 minute, întorcându-le ocazional. Dați deoparte pentru a se răci puțin.
3. Puneți 1 lingură ulei de măsline și ceapa în bolul de mixare, mărunțiți **5 sec./viteza 5**, apoi, cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, sotați **5 min./100°C/viteza lingura**.
4. Adăugați usturoiul și fulgii de chilli (dacă folosiți), apoi, cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, gătiți **1 min./100°C/viteza lingura**.
5. Adăugați roșiile gătite, sarea și piperul, apoi, cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, gătiți **20 min./98°C/viteza lingura**. Între timp, gătiți pastele pe plită, conform instrucțiunilor.
6. Adăugați crevetele și funzele de busuioc, apoi amestecați cu spatula. Asezonați după gust.
7. Distribuți pastele în cele 4 boluri pentru servit, apoi puneți deasupra crevetele și sosul de roșii și serviți.

Obiecte utile

funcție grătar a cuptorului, folie de aluminiu, pensulă de bucătărie, plită

Recomandări & Sfaturi utile

- Puteți folosi paste proaspete sau uscate - ajustați timpul de gătire în consecință.