



Espaguetis al aglio con langostinos

con salsa casera de perejil y pecorino

Exprés **Picante opcional**

5



Espaguetis



Langostinos



Ajo tierno



Perejil



Chili en escamas



Pecorino

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua.

Cocinando: 15 mins
Listo en: 15 mins



La pasta al aglio, también conocida como “pasta aglio e olio”, es un plato tradicional italiano que tiene sus raíces en el sur de Italia. Es una receta sencilla y rápida que utiliza ingredientes básicos, lo que refleja la cocina humilde y accesible de esta región. ¡Descubre estos espaguetis al aglio con langostinos y disfrútalos en tan solo 15 minutos!

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Colador, túrmix, sartén grande, olla grande, jarra medidora, papel de cocina.

Ingredientes

	2P	4P
Espaguetis 15)	180 gramos	360 gramos
Langostinos* 5)	150 gramos	300 gramos
Ajo tierno	2 unidades	4 unidades
Perejil	1 unidad	2 unidades
Chili en escamas	1 sobre	2 sobres
Pecorino* 7)	20 gramos	40 gramos
Agua para la salsa	40 ml	80 ml
Aceite para la salsa	30 ml	60 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	233 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2448/ 585	1051/ 251
Grasas (g)	12,8	5,5
de las cuales saturadas (g)	3,3	1,4
Carbohidratos (g)	80,2	34,4
de los cuales azúcares (g)	5,9	2,5
Proteínas (g)	30,3	13,0
Sal (g)	0,5	0,2

Allergens

5) Crustáceos 7) Leche 15) Trigo.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



Prepara el aceite de perejil

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! En una olla, agrega abundante **agua** y una pizca de **sal**. Cubre con una tapa y lleva a ebullición. Deshoja el **perejil**. En una jarra medidora, añade el **perejil**, la mitad del **queso pecorino**, el **aceite para la salsa**, el **agua para la salsa** (ver cantidad en ingredientes de ambos) y **sal** al gusto. Tritura con un túrmix hasta que quede un **aceite de perejil** homogéneo.



Saltea los langostinos

Seca los **langostinos** con papel de cocina. En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con la parte blanca del **ajo tierno**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Agrega los **langostinos**, **salpimenta** y cocina 1-2 min, moviendo ocasionalmente, hasta que se doren. En el último momento, agrega el **chili en escamas** al gusto.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular marisco crudo.



Cuece la pasta

Cuando el **agua** de la olla hierva, añade los **espaguetis** y cocina durante 8 min o hasta que queden tiernos. Cuando estén listos, escurre con ayuda de un colador y reserva en la olla. Mientras tanto, separa la parte blanca y la parte verde del **ajo tierno**. Corta ambas partes en rodajas finas y reserva la parte verde hasta el emplatado.

CONSEJO: Puedes agregar un chorrito de aceite a la pasta cocida para evitar que se pegue.



Combina y emplata

En la olla con los **espaguetis**, agrega los **langostinos** con **chili** y **ajo tierno**, el **aceite de perejil** y el **queso pecorino** restante y remueve bien para integrar. Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**. Sirve los **espaguetis al aglio** con **langostinos** en platos y acaba agregando la parte verde del **ajo tierno** y **chili en escamas** al gusto.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.

