



SABORES DA
ITÁLIA



PENNE COM ATUM, BROTO DE BAMBU E GERGELIM



Ingredientes:

- 320g de Penne DIVELLA
- 300g de atum fresco cortado em cubinhos
- 100g de broto de bambu
- 30g de gergelim branco
- 4 colheres (sopa) de azeite de oliva extravirgem LA PASTINA
- Shoyu a gosto
- 1 xícara de caldo de peixe
- 1 dente de alho picado
- 1 maço de cebolinha verde cortada em fatias finas
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de preparo:

Leve ao fogo uma panela com 4 litros de água. Quando a água ferver, adicione 1 ½ colher (sopa) de sal e espere ferver novamente antes de colocar a massa para cozinhar. Numa frigideira, refogue o alho e o broto de bambu no azeite. Adicione o shoyu, o caldo de peixe e deixe cozinhar por alguns minutos. Junte o atum, tempere com sal e pimenta e retire do fogo. Cozinhe a massa, escorra e leve à frigideira com o molho preparado. Por cima, espalhe a cebolinha e o gergelim. Sirva a seguir.

Rendimento: 4 porções

Seleção:



ALIMENTOS