



Ensalada con pasta: Tornillos Doria con salchicha y tajadas



Ingredientes

- 1 paquete de Tornillos de Verduras Doria de 500 Gr
- 2 Cucharadas de cebolla picada
 - Medio litro de leche
 - 1 Plátano maduro
- 4 Unidades de salchichas Zenú
 - 1 Cucharada de aceite
 - 2 Tomates
- 125 Gramos de queso rallado
- 1 lata de arvejas precocidas Zenú
 - 1 lata maíz tierno Zenú
 - 100 gr de habichuelas
- 1 Sobre de salsa carbonara

Preparación

1. Para comenzar cortamos en pequeños trozos un puñado pequeño de habichuelas y luego las llevamos a una olla con agua hirviendo y sal durante unos 3 minutos.
2. En una olla aparte con abundante agua hirviendo y una pizca de sal agregamos los fideos Doria, recuerda que por cada 100 gramos de pasta se necesita 1 litro de agua mezclado con una cucharadita de sal.
3. Los dejamos cocinar a fuego alto de 10 a 13 minutos. Sacamos las habichuelas y las dejamos enfriar en un recipiente aparte.
4. Mientras tanto prepararemos nuestra salsa carbonara (salsa a base de tocineta) En una sartén a fuego medio agregamos la leche, disolvemos el contenido del sobre de la salsa y mezclamos bien.

5. Picamos finamente un poco de cebolla y añadimos a la olla. Revolvemos y dejamos cocinar por tres minutos más. Luego quitamos del fuego y dejamos enfriar un poco.
6. Para preparar las tajadas de plátano maduro pelamos el plátano, lo cortamos en tajadas, es decir, en diagonales a lo largo. En una sartén con aceite bien caliente agregamos por tandas nuestras tajadas
7. Cuando estén doradas por ambos lados, las sacamos de la sartén y las dejamos sobre papel de cocina.
8. Entre tanto picamos el tomate, también cortamos las salchichas en rodajas y las doramos en una sartén con aceite caliente, como hicimos con las tajadas. Mezclamos el maíz, las arvejas, las habichuelas y el tomate.
9. Cuando los tornillos estén “al dente” es el momento ideal para sacarlos, pasarlos por agua fría y escurrirlos bien, recuerda que el punto “al dente” es cuando tomamos uno de los fideos al azar y al partirlo obtenemos un punto blanco en el centro.
10. : A la salsa carbonara le agregaremos las salchichas, el queso y nuestras verduras, revolviendo bien para tener una rica salsa.
11. Servimos los Tornillos de Verduras, bañados en nuestra salsa y acompañamos con las tajadas de plátano. Las pastas Doria son nutritivas y saludables, pues son ricas en Omega 3.
12. Ahora disfruta de nuestra deliciosa Ensalada con pasta de Tornillos Doria con salchichas y tajadas
13. Ahora disfruta de nuestra deliciosa Ensalada con pasta: Tornillos Doria con salchichas y tajadas