



Espaguetis con salsa pesto Genovese y langostinos



4 Personas.



35 minutos.



Fácil.

Ingredientes

Para la salsa:

- 400g de langostinos crudos
- Aceite de oliva virgen extra ecológico
- 50g de aceitunas negras sin hueso
- 120g de tomates cherry
- 90g de salsa pesto alla Genovese
- Sal

Para la pasta y decoración:

- 400g de spaghettonis
- Sal
- 30g de queso parmesano en cuña
- Hierbas aromáticas a la italiana
- Albahaca fresca

Valor nutricional por ración.

Kcal	Grasas	Hidratos de Carbono	Proteínas
635	19,25 g	74,21 g	40,01 g

Información adicional: Un plato energético a nivel calórico que además de hidratos de carbono, nos aporta proteínas de calidad gracias a los langostinos. Este crustáceo es también rico en vitaminas y minerales B3, B9 y B12; un alimento con poca cantidad de grasa.

1



Para la salsa: en una sartén amplia, cocinamos a la plancha los langostinos pelados con un poco de aceite de oliva. Cuando estén dorados por ambos lados, agregamos las aceitunas negras cortadas en láminas y los tomates cherry en mitades.

2



Añadimos la salsa de pesto alla Genovese, sazonomos al gusto y cocinamos 5 minutos a fuego medio para que todos los sabores se junten. Reservamos en la sartén.

3



Para la pasta y decoración: cocemos la pasta en abundante agua hirviendo con un poco de sal. Cocinamos durante 8-9 minutos hasta que esté al dente y escurrimos.

4



Agregamos la pasta a la sartén anterior, mezclamos y servimos en el plato que más nos guste. Decoramos con queso parmesano en lascas, hierbas aromáticas, albahaca fresca y... ¡a disfrutar de los sabores de Italia!

