|  |
| --- |
| Название рецепта  Паста с брокколи |
| Ингредиенты  1 кг свежих брокколи  2 зубчика чеснока (измельчить)  1/3 стакана оливкового масла  1 столовая ложка сливочного масла или 1 столовая ложка маргарина  1 чайная ложка соли  1/4 чайной ложки перца  1 щепотка кайенского перца  225г пасты лингвини или 225г тонких спагетти (сварить и слить воду)  тёртый сыр романо или пармезан |
| Инструкция  Вначале нарежьте на мелкие кусочки стебли и головки брокколи, затем  поместите их в большой сковороду с добавлением чеснока, оливкового масла, соли, перца; растопите масло и жарьте брокколи на среднем огне около 10 минут, или пока они не станут нежными, часто помешивая.  Параллельно приготовьте пасту в кастрюле согласно инструкции на упаковке; слейте воду.  Когда паста будет готова, поместите её в сервировочного блюдо, не давая остыть, и покройте слоем из смеси с брокколи.  При подаче на стол посыпьте пасту сыром. |
| Кол-во порций:  4-6 |
| Время приготовления  (ЧЧ:ММ)  00:40 |
| Категория блюда  Паста |

http://www.food.com/recipe/broccoli-and-pasta-31754