

Pasta de espinacas con champiñones y salsa de tomate

Pasta de espinacas con champiñones. Hemos preparado este delicioso plato con una ligera salsa de tomates secos y leche evaporada. De esta forma la salsa tiene menos calorías que si la hubiéramos hecho con nata de cocinar tradicional, pero no pierde sabor. Los champiñones y las almendras le dan un toque riquísimo y son alimentos muy nutritivos. Esperamos que os guste esta receta tan rica y saciante, ideal para tomar en el almuerzo.

Ingredientes

250 g de pasta de espinacas (la marca que os guste)
40 g de almendras crudas
250 g de champiñones Portobello
2 cucharaditas de curry
6 tomates decos
3 dientes de ajo
400 ml de leche evaporada desnatada sin lactosa
Perejil picado
Aceite de Oliva Virgen Extra
Sal rosa del Himalaya (o la que uséis normalmente)

Preparación de la Pasta de espinacas

En una sartén sin aceite tostamos las almendras y las reservamos.

En una fuente para el horno ponemos los champiñones laminados con el curry, la sal y los rociamos con el aceite. Con el horno precalentado los horneamos durante 6 minutos.

Después en una sartén con 3 cucharadas de aceite freímos los ajos laminados. A continuación agregamos los tomates escurridos y picaditos y también los ajos picados. Lo mareamos todo a fuego lento durante 5 minutos. Después ponemos la leche evaporada y sal a nuestro gusto, lo hervimos hasta que la salsa se ponga espesita. Reservamos.

Hervimos en agua, sal y un poquito de aceite la pasta durante el tiempo que nos indique la marca que hayamos comprado, nosotras la solemos poner al dente. Una vez que la pasta esté hecha la mezclamos con la salsa, le añadimos los champiñones y le ponemos un poquito de perejil picado por encima.

Si te ha gustado este plato tan natural, te recomendamos nuestras [Verduras al horno.](#)]