



Porciones: 8. *Si es mucho, puedes congelar una porción.

Tiempo: 30 min.

INGREDIENTES

- 1/2 de cebolla grande picada finamente
- 3 echalotes o 1 diente de ajo picado finamente
- 1 chile serrano picado finamente
- 1 chile chipotle de lata picado finamente
- 3 zanahorias grandes picadas finamente
- 1 kg de carne molida
- 4 jitomates grandes picados
- 1 pure de tomate chico (de 200 g aproximadamente)
- 1 pure chico de tomate
- 6 palitos de apio picado finamente
- 1 kg champiñón blanco Monteblanco picado finamente y asado
- Sal y consome al gusto

Carne molida "light" para pasta o lasagna



Esta receta de carne molida esta combinada con champiñón picado finamente, dando el mismo sabor y textura que una carne normal pero reduciendo las calorías y apoyando tu economía.

Es una técnica de cocina llamada Blend. Para mas información acerca de los beneficios de introducir champiñones en la carne molida, metete a www.monteblanco.com.mx/blend

INSTRUCCIONES

Se fríe en aceite de oliva la cebolla, los echalotes, el chile, el chipotle, las zanahorias y el apio. Ya transparente la cebolla se agrega la carne molida y ya dorada, se agregan los champiñones picados previamente asados.

Después se agregar el jitomate y el pure de tomate. Se deja cocer un ratito más. Se checa si necesita sal y el consomé en polvo.

A parte se cuece el linguini o lasagna según las instrucciones del paquete y al final se puede agregar entre las lajas de lasagna o en el linguini un poco de mantequilla y perejil picado.