

## MAC & CHEESE AL HORNO

Tiempo de preparación 15 minutos

Tiempo de cocción 20 minutos

Sirve para 6 personas



### Ingredientes

- 12 onzas de macarrones (pueden ser integrales), 340 gr.
- 2 cucharadas de mantequilla amarilla
- ¼ taza de harina de trigo para todo uso
- ¼ taza de cebolla blanca, super picada
- 2 tazas de leche (semi o descremada)
- 1 taza de caldo de pollo o verduras
- 1 taza de queso cheddar rallado, 226 gr.
- ½ cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de pimienta
- 4 tazas de espinacas
- 2 cucharadas de queso parmesano rallado
- ¼ taza de pan rallado integral sazonado
- Spray de aceite de oliva

### Instrucciones:

1. Cocina la pasta en agua con sal según las instrucciones del paquete. Untar con mantequilla un molde para hornear, dejar a parte. Precaliente el horno a 375 °F (200 °C)
2. En una sartén grande, derrite la mantequilla, una vez derretida agrega la harina y cocina a fuego lento revolviendo con un batidor.
3. Agrega la cebolla y cocina otros 2 minutos. Agrega la leche y el caldo de pollo y continúa revolviendo, subiendo la temperatura a media-alta hasta que hierva y la mezcla se vuelva suave y espesa. Agregar la sal y la pimienta.
4. Una vez que se espese, retirar del fuego, agregar el queso cheddar un poco a la vez y mezclar bien hasta que el queso se derrita. Ajustar la sal y la pimienta al gusto, agregar los macarrones cocidos y las espinacas tiernas.
5. Colocar la mezcla de los macarrones en el molde para hornear que tenías listo, cubrir con queso parmesano y pan rallado. Rocía un poco más de aceite de oliva encima.

6. Hornea durante 15-20 minutos, luego colocarlo en la parrilla superior del horno (que está más pegada al calor), durante unos minutos para que el pan rallado se dore. Cuando esté doradito, sacarlo y disfrutarlo.

**Notas:**

\*Es importante que cuando agregues el queso cheddar retires la olla con la salsa blanca de la estufa caliente. Por lo general, muevo la olla a una hornilla diferente para que deje de hervir. No agregues el queso a la mezcla si está hirviendo/burbujeando, porque hará que el queso se descomponga y tenga una textura arenosa.

\*Si tienes prisa, puedes saltar el paso de hornear los macarrones y comerlos sin el pan rallado, y le agregar el queso parmesano de un solo en la olla.

\*Para refrigerar antes de hornear, completa todos los pasos hasta poner la mezcla en el molde de hornear, luego cúbrilo con papel aluminio y refrigera hasta por dos días. Cuando lo vayas a hornear, saca el mac del refrigerador mientras el horno se precalienta y cubrir con pan rallado y parmesano. Hornea durante unos 30-40 minutos hasta que esté completamente caliente.