

## ONE POT: PASTA CON CHÍCHAROS

Tiempo de preparación: 5 minutos

Tiempo de cocción: 15 a 20 minutos

Ideal para 4 personas



### Ingredientes

- Chícharos (guisantes/petit pois/peas), frescos, enlatados o congelados, 1 lb (450 gramos)
- Pasta integral corta, 220 gramos, (1/2 lb),
- 1/2 taza (50 gramos) de queso parmesano rallado, y más para servir
- 2 tazas (500 ml) de consomé de vegetales o pollo
- 1 cebolla pequeña, picada
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 taza de jamón de pollo o pavo en tiras (opcional)
- Sal y pimienta al gusto

### Instrucciones:

1. En una olla grande, caliente el aceite de oliva a temperatura media, agrega la cebolla picada y cocina hasta que se ablande y se vuelva translúcida, aproximadamente 5 minutos.
2. Agrega los guisantes y el jamón y cocina revolviendo frecuentemente alrededor de 1 minuto.
3. Luego agrega el consomé de vegetales o pollo, sube la temperatura, deja que hierva y agrega la pasta y la sal (yo use 1 cucharadita de sal y luego ajustar la sazón al final).
4. Reduce la temperatura, cubre con una tapa y cocina la pasta durante el tiempo de cocción, debes revolver con frecuencia hasta que el agua se absorba, de lo contrario, se pegará al fondo. El agua apenas debe cubrir la pasta, pero está bien, agrega agua adicional gradualmente solo si es necesario.
5. Cocina hasta que esté listo (al dente) firme al morder. Apaga el fuego y agrega el queso parmesano recién rallado hasta que se derrita. Prueba y ajusta el sazón.
6. Sirva inmediatamente con extra queso parmesano si lo deseas. ¡Una delicia, lista para disfrutar!

**Notas:**

\*La cantidad de 2 tazas de agua es una estimación. Es posible que tengas que agregar o reducir la cantidad de agua según el tipo de pasta. Sin embargo, la pasta debe estar parcialmente cubierta de agua y hervir a fuego lento. (yo utilice 2 tazas no le tuve que agregar más)

\*Queso parmesano: usa queso parmesano recién rallado que se derrita bien y sepa mucho mejor que el queso que ya viene rallado comprado en el supermercado.

[www.unapizcadeluna.com](http://www.unapizcadeluna.com)