

PASTA CON SALSA CREMOSA DE AGUACATE

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 10 minutos

Ideal para 2 a 3 personas



Ingredientes

- 8 oz de pasta de tu elección (yo usé spaguettis integrales)
- Agua de pasta reservada, según sea necesario
- Jugo de 1 limón grande
- 1 diente de ajo grande
- 3 cucharadas de queso parmesano*
- 1 aguacate maduro grande
- 1 puñado de espinacas baby (1 taza aproximadamente)
- 1 cucharadita de aceite de oliva
- 1/4 cucharadita de condimentos italianos
- Opcional: hojas de albahaca fresca
- Sal + pimienta, al gusto

Instrucciones

1. Cocina la pasta según las instrucciones de la caja, solo asegúrate de echarle bastante sal al agua, ya que esta agua le dará sabor a la salsa. Justo antes de escurrir la pasta, reservar 1 taza del agua de la pasta y reservar.
2. En tu licuadora, agrega todos los ingredientes restantes con ¼ taza del agua de la pasta reservada. Mezcla hasta que esté súper suave, agregando más agua según sea necesario.
3. Mezcla la salsa con la pasta, cubre con queso parmesano y disfruta esta delicia.

Notas:

Si quieres hacer la salsa vegana, sustituir el queso parmesano por Nutricional Yeast.