

FESTIVAL DE LA

Pasta Cremosa



UNA SOLA CREMA DE LECHE,
MUCHAS COMBINACIONES



ÚSALA Y TRANSFORMA TUS PLATOS
DE TODOS LOS DÍAS



Nestlé.

A gusto con la vida

PASTA CON SALMÓN Y ESPINACA

- Total: 20 min | Cocción: 18 min | Servir: 2 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil

Ingredientes:

- 1 1/2 cucharadas de aceite (21 g)
- 4 tazas de agua (1000 ml)
- 1/2 libra de pasta corta (250 g)
- 2 filetes de salmón (400 g)
- 1/2 cucharada de mantequilla (7 g)
- 2 tazas de hojas de espinaca lavadas y sin tallos (60 g)
- 1 cucharadita de SAZONADOR NATURISIMO MAGGI® (6 g)
- 1/4 taza de vino blanco (64 g)
- 6 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (90 g)



Instrucciones:

1. Paso 1: Cocina la pasta

En una olla de fondo alto, agrega las 4 tazas de agua y media cucharada de aceite, lleva a fuego alto hasta que hierva, adiciona la pasta y cocina por 10 minutos o hasta que la pasta esté al dente, pasado el tiempo de cocción retira la olla y escurre.

2. Paso 2: Cocina el salmón

Mientras tanto, en una sartén calienta el aceite restante por 2 minutos a fuego medio, cocina los filetes de salmón durante 4 minutos por cada lado, retira del fuego, deja enfriar un poco y desmenuza en trozos grandes descartando la piel.

3. Paso 3: Integra todos los ingredientes

Aparte en otra sartén derrite la mantequilla, adiciona la espinaca y cocina por 3 minutos, añade el SAZONADOR NATURISIMO MAGGI®, el vino blanco y cocina por 30 segundos hasta que se evapore el alcohol; agrega la CREMA DE LECHE NESTLÉ® y cocina por 1 minuto más, por último, agrega la pasta cocinada, el salmón y revuelve con cuidado para integrar.

4. Paso 4: Sirve

Sirve la pasta en 4 platos en porciones iguales.



Información nutricional:
487kcal = 2,037kj /por porción



PASTA CON TROZOS DE HUEVO Y VEGETALES

- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1/2 cucharada de aceite (7 g)
- 1 pimentón rojo, sin semillas y cortado en cubos pequeños (116 g)
- 1/2 taza de arveja fresca, previamente cocinada (72 g)
- 1 zanahoria mediana, pelada y cortada en cubos pequeños previamente cocinada (70 g) cocidas y cortadas en cubitos
- 1/2 libra de pasta tornillitos, previamente cocida (250 g) corta, tricolor
- 1 cucharada de perejil fresco, finamente picado (10 g) desinfectada
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)
- 2 huevos cocidos, pelados y cortados en rodajas (100 g) cocidos y rebanados

Instrucciones:

- Paso 1: Calienta el aceite**
Calienta el aceite en una sartén a fuego medio por 30 segundos.
- Paso 2: Sofríe**
Añade el pimentón, la arveja y la zanahoria, sofríe por 1 minutos y retira del fuego.
- Paso 3: Adiciona la pasta**
En la misma sartén, adiciona la pasta, el perejil y la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, con la ayuda de una cuchara revuelve hasta integrar bien.
- Paso 4: Integra los huevos**
Por último, integra los huevos cortados en rodajas, mezcla con cuidado.
- Paso 5: Sirve**
Sirve la pasta en 4 platos en porciones iguales.



Información nutricional:
350kcal = 1,463kj /por porción



PASTA CREMOSA CON POLLO AL AJO Y CEBOLLA

- Total: 64 min | Preparación: 60 min | Cocción: 4 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1 pechuga de pollo sin piel y cortada en 4 filetes (453 g)
- 1 sobre de JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® Ajo cebolla
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinada (250 g)
- 1 taza de tomates cherry, cortados a la mitad (149 g)
- 1 cucharada de perejil, finamente picado (10 g)
- 6 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (90 g)

Instrucciones:

1. Paso 1: Prepara la pechuga de pollo

Abre el sobre de JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® Ajo cebolla y retira las 4 láminas que vienen dentro. Coloca los filetes de pechuga de pollo en cada lámina; cierra y presiona ligeramente para que se impregnen las especias.

2. Paso 2: Cocina la pechuga

Calienta una sartén a fuego bajo por 1 minuto, coloca las láminas, tapa el sartén y cocina 7 a 8 minutos por cada lado.

Paso el tiempo retira los filetes y corta en cubos medianos.

3. Paso 3: mezcla el resto de ingredientes

En la misma sartén donde preparaste el pollo, adiciona la pasta cocinada, el perejil, la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, los tomates cherrys y los cubos de pollo, mezcla con cuidado.

4. Paso 4: Sirve

Sirve la pasta en 4 platos en porciones iguales, si lo deseas puedes adicionar queso parmesano rallado encima.



Información nutricional:
461kcal = 1,930kj /por porción



PASTA ARRABIATA CON CAMARONES

- Total: 16 min | Cocción: 11 min | Servir: 5 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1 cucharada aceite (14 g)
- 1/2 libra de camarones limpios y desvenados (250 g)
- 1/2 cucharadita de SAZONADOR NATURISIMO MAGGI® (1,5 g)
- 1/2 taza de vino blanco (125 ml)
- 2 tomates rojos sin piel, hechos puré (232 g)
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinada (250 g) fusilli
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)

Instrucciones:

1. Paso 1: Saltea los camarones

En una sartén caliente el aceite a fuego medio por 1 minuto, agrega los camarones y el SAZONADOR NATURISIMO MAGGI®, saltea por 2 minutos o hasta que los camarones cambien de color a un color más rosado.

2. Paso 2: Adiciona el vino

Adiciona el vino blanco y cocina por 30 segundos o hasta que se evapore el alcohol.

3. Paso 3: Agrega el puré de tomate

Agrega el puré de tomate y cocina por 2 minutos; por último, añade la pasta cocinada y la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, revuelve hasta integrar bien, retira del fuego.

4. Paso 4: Sirve

Sirve la pasta arrabiata en 4 platos en porciones iguales; si lo deseas puedes acompañar con un poco de queso parmesano y decorar con hojitas de albahaca.



Información nutricional:
387kcal = 1,619kj /por porción



PASTA CON TROZOS DE POLLO Y DURAZNOS

- Total: 13 min | Preparación: 8 min | Servir: 5 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1/2 taza de duraznos en almíbar, cortados en láminas con un poco de almíbar (111 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)
- 1 pechuga de pollo sin piel, previamente asada o a la parrilla (453 g)
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinada (250 g)
- 1/2 cucharada de ajonjolí tostado

Instrucciones:

- Paso 1: Prepara la salsa**
En un tazón mezcla el almíbar de los duraznos con la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, hasta integrar bien.
- Paso 2: Integra el resto de ingredientes**
Añade al tazón el pollo, la pasta, la salsa cremosa y los duraznos cortados en láminas delgadas.
- Paso 3: Sirve y decora**
Sirve la pasta en 4 tazas en porciones iguales y espolvorea el ajonjolí por encima.



Información nutricional:
422kcal = 1,766kj /por porción



PASTA CON ATÚN Y TOMATE

- Total: 24 min | Preparación: 20 min | Espera: 4 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 2 latas de atún en agua drenado (240 g)
- 1/2 cebolla cabezona roja cortada en medias rodajas (40 g)
- 1 taza de tomates cherrys, cortados a la mitad (149 g)
- 1 cucharada de perejil, finamente picado (10 g)
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinada (250 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)

Instrucciones:

- Paso 1: Abre las latas de atún**
Abre las latas de atún y retira el líquido.
- Paso 2: Alista un tazón**
En un tazón mezcla la cebolla, el tomate y el perejil.
- Paso 3: Adiciona el resto de los ingredientes**
Por último, adiciona la pasta y la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, revuelve para integrar bien.
- Paso 4: Sirve**
Sirve en 4 platos o tazas en porciones iguales.



Información nutricional:
347kcal = 1,454kj /por porción



PASTA EN SALSA DE CILANTRO CON POLLO

- Total: 40 min | Preparación: 5 min | Cocción: 30 min | Servir: 5 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 2 cucharadas de cilantro fresco (20g) desinfectado
- 1 cucharada de queso crema (12 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)
- 1/4 de taza de vino blanco (62 ml)
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinada (250 g)
- 1 pechuga de pollo, asada y cortada en cubos medianos (453 g)

Instrucciones:

1. Paso 1: prepara la salsa de cilantro

Licúa el cilantro, el queso crema, la CREMA DE LECHE NESTLÉ® y el vino blanco, hasta integrar bien.

2. Paso 2: Calienta

Calienta la salsa a fuego bajo durante 2 minutos o hasta que espese ligeramente moviendo para que no se pegue. Agrega la pasta previamente cocida y escurrida; cocina por 2 minutos más.

3. Paso 3: Agrega el pollo

Agrega el pollo y revuelve con cuidado hasta integrar bien.

4. Paso 4: Sirve

Sirve la pasta en 4 platos en porciones iguales, si lo deseas puedes espolvorear queso parmesano rallado.



Información nutricional:
427kcal = 1,787kj /por porción



PASTA CREMOSA CON PESCADO

- Total: 18 min | Cocción: 15 min | Servir: 3 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1 cucharada de aceite (14 ml)
- 1/2 cebolla cabezona blanca finamente picada (40 g) Picadita
- 1/4 de libra de habichuelines previamente hervidos, cortados a la mitad (125 g)
- 1/2 pimentón rojo, sin semillas y cortados en cubos pequeños (80 g)
- 1 libra de pescado blanco o al gusto cortado en cubos medianos (500 g)
- 1/2 cucharadita de SAZONADOR NATURISIMO MAGGI® (1,5 g)
- 1 cucharada de cilantro finamente picado (10 g)
- 1/2 libra de pasta tornillitos previamente cocinado (250 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)

Instrucciones:

1. Paso 1: Sofríe

En el aceite caliente, sofríe por tres minutos la cebolla, los habichuelines y el pimentón.

2. Paso 2: Adiciona el pescado

Adiciona el pescado, el cilantro y el el Sazonador NATURISIMO MAGGI®, cocina por 3 minutos más.

3. Paso 3: Agrega la pasta

Agrega la pasta previamente cocinada y la CREMA DE LECHE NESTLÉ®, revuelve con cuidado para integrar; deja al fuego por 1 minuto más.

4. Paso 4: Sirve

Sirve la pasta en porciones iguales, puedes espolvorear queso parmesano si lo deseas.



Información nutricional:
486kcal = 2,032kj /por porción



PASTA CON ESPINACA Y MANZANA

- Total: 49 min | Preparación: 45 min | Espera: 3 min
- Porciones: 4
- Dificultad: Fácil



Ingredientes:

- 1 cucharada de aceite (14 ml)
- 1 pimentón rojo, sin semillas y cortado en tiras delgadas (116 g)
- 2 tazas de espinacas, cortadas en tiras delgadas (60 g)
- 1 manzana roja, cortada en laminas delgadas (180 g)
- 1/2 libra de pasta tornillitos, previamente cocinada (250 g)
- 1 cucharada de miel (21 g)
- 4 cucharadas de CREMA DE LECHE NESTLÉ® (60 g)
- 1/2 cucharada de mostaza (10 g)

Instrucciones:

1. Paso 1: Calienta el aceite

En una sartén calienta el aceite por 1 minuto a fuego medio.

1. Paso 2: Sofríe

Añade el pimentón, la espinaca y la manzana, sofríe por 2 minutos sin dejar de revolver.

3. Paso 3: Adiciona la pasta

Añade la pasta a la sartén y revuelve nuevamente, deja al fuego por 1 minuto más y retira.

4. Paso 4: Prepara el aderezo

En un tazón aparte, agrega la miel, la CREMA DE LECHE NESTLÉ® y la mostaza, revuelve para integrar.

5. Paso 5: Sirve

Sirve la pasta y baña con el aderezo encima.



Información nutricional:
354kcal = 1,482kj /por porción



ENCUENTRA ESTAS Y MÁS RECETAS CREMOSAS EN



ÚSALA Y TRANSFORMA TUS PLATOS DE TODOS LOS DÍAS

WWW.RECETASNESTLE.COM.CO



Nestlé

A gusto con la vida