

Raviolis arcoiris

Publicada por:

[imprimir](#)

- 15 '
- 24 '
- 4



Comentario nutricional

Los guisantes aportan fibra ayudando a regular el tránsito intestinal. Si padece estreñimiento, puede incluir este alimento como guarnición de algún plato o incluirlo en purés de verduras.

Modo express

1. Engrase la pasta en crudo con un chorrito de aceite y remuévala bien antes de introducirla en la cubeta.
2. Pele y corte la cebolla en dados. Limpie la berenjena, la zanahoria, los calabacines y las judías verdes, y córtelos por separado en tiras. Lave y pique la albahaca.

3. Añada todos los ingredientes a la cubeta menos la albahaca y el aceite; sale al gusto, cierre la tapa y programe el menú Pasta.
4. Para terminar, espolvoree la albahaca; aderece con un chorrito de aceite de oliva virgen y sirva inmediatamente.