

Rigatoni coronados

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 39 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

La cinarina, responsable del sabor amargo de las alcachofas, aporta propiedades digestivas además de que favorece la depuración del hígado.

Modo express

1. Engrase la pasta en crudo con una cucharada de aceite y remuévala bien antes de introducirla en la cubeta.
2. Limpie las alcachofas, elimine los tallos, el pelo blanco del interior, las hojas duras y las puntas. Córtelas en 8 en un bol con agua fría y el zumo del limón hasta el momento de cocinarlas. Limpie y pique el perejil, pele y pique finas las cebollas y corte el ajo en láminas.
3. Programe el menú Sofreír/Freír a 180º durante 15 minutos y disponga 2 cucharadas de aceite en la cubeta. Dore las cebollas y añada el ajo laminado, saltee 3 minutos y agregue las alcachofas escurridas. Saltee durante 2 minutos, vierta el tomate triturado. Añada un poco de sal y acabe el programa removiendo.
4. Eche en la cubeta la pasta y el agua, remueva todo. Cierre la tapa y programe el menú Pasta
5. Disponga los *rigatoni* en una fuente y distribuya las alcachofas alrededor, formando una corona. Espolvoree el perejil y sirva.