

Bucatini con brécol

Publicada por:

[imprimir](#)

- 15 '
- 24 '
- 4



Comentario nutricional

El brécol contiene luteína, un potente antioxidante recomendado sobre todo a personas de edad avanzada

Modo express

1. Engrase los bucatini en crudo con un chorrito de aceite y remuévalos bien antes de introducirlos en la cubeta.
2. Divida el brécol en ramitos, elimine los tallos, lávelos y escúrralos. Pele el ajo y la cebolla y píquelos muy finos. Trocee el pimiento y corte el beicon en dados.
3. Coloque todos los ingredientes menos el parmesano en la cubeta, remueva, sale al gusto, cierre la tapa y programe el Menú Pasta.

4. Antes de servir, espolvoree el parmesano y aderece con un chorrito de aceite de oliva.