



**fundacja
pomocy
psychologicznej**

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl



Makaron z pieczarkami i śmietanką bez cukru - przepis

Makaron gotujemy w bulionie. Śmietankę dodajemy pod koniec.

Czas przygotowania: 10 minut

Czas całkowity: 30 minut

Porcje: 4 porcje

Składniki

Makaron

- 4 ząbki czosnku
- 8 uncji brązowych pieczarek
- 2 łyżki masła
- 1/8 łyżeczki soli
- 1/8 łyżeczki świeżo mielonego pieprzu
- 8 uncji fettuccine
- 2 1/2 miarki cup bulionu warzywnego, bez dodatku cukru
- 1/3 miarki cup tłustej śmietanki
- 1/4 miarki cup startego parmezanu

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Posiekaj czosnek, pokrój pieczarki w plasterki.
2. Smaż czosnek na maśle przy średnim ogniu, 1 minutę. Dodaj pieczarki, sól i pieprz. Smaż do miękkości, odparowania wody i zrumienienia brzegów.
3. Dodaj fettuccine i bulion, wymieszaj. Nie musi przykrywać całego makaronu.
4. Przykryj; zagotuj na średnio dużym ogniu. Zamieszaj, przykryj ponownie; zmniejsz moc do średnio małej.
5. Gotuj około 10 minut do miękkości, czasem mieszając i ponownie przykrywając. Zachowaj odrobinę płynu na dnie.

6. Wmieszaj śmietankę. Wyłącz ogień; dodaj parmezan, mieszaj do stopienia. Dopraw solą lub pieprzem; podaj od razu.

Uwagi

Uwaga: Użyj ciężkiej, szerokiej patelni z pokrywką i dopasowanego palnika. Śmietanka, nie mleko, zagęszcza sos.

Uwaga: Brak płynu przed ugotowaniem: dolej wody. Nadmiar przy prawie gotowym makaronie: kończ bez pokrywki.

Źródło przepisu: <https://www.budgetbytes.com/one-pot-creamy-mushroom-pasta/>