



FETUCCINIS DE ESPINACAS CON SALSA ALFREDO TRADICIONAL

Ingredientes

- 4 Cucharadas de mantequilla (60 g)
- 6 Cucharadas de harina cernida (80 g)
- 2 Tazas de leche SVELTY®
- ¼ Taza de vino blanco
- 1 Cucharadita de aceite de oliva
- ½ Cebolla cortada en cubos pequeños
- 250 g de jamón colonial cortado en cubos
- 1 Bandeja de champiñones laminados
- 1 Tarro grande de crema NESTLÉ® (236 g)
- Sal y pimienta
- 500 g de fettuccinis frescos de espinacas

Preparación

1.- Derrite la mantequilla en una olla a fuego medio y una vez lista agrega de una vez la harina y revuelve enérgicamente con una cuchara cocinera hasta juntar bien y conseguir una masa homogénea de textura blanda. Luego, agrega un poco de leche SVELTY® (½ taza) y nuevamente revuelve enérgicamente hasta integrar con la mezcla de harina y mantequilla. Seguidamente repite el mismo procedimiento y desde esta etapa idealmente revuelve con la ayuda de un batidor de varillas para evitar la formación de grumos.

2.- Una vez integrada toda la leche, agrega el vino blanco y cocina a fuego medio durante 13 minutos removiendo de vez en cuando para que no se pegue. En paralelo, calienta otra olla o una sartén de buen tamaño con el aceite de oliva, agrega la cebolla y saltea unos minutos hasta ablandarla. Luego, añade el jamón con los champiñones y cocina a fuego fuerte hasta cocer los champiñones. Agrega este salteado a la salsa blanca que preparaste recientemente y remueve para juntar todos los ingredientes.



Dificultad:
Media



Porciones:
6



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	510 Kcal
Proteínas:	18.5 g
Grasa Total:	29.7 g
Colesterol:	96,2 mg
H. de Carbono:	40.3 g
Fibra Dietética:	3 g
Sodio:	117 mg

3.- Retira del fuego y agrega de inmediato la crema NESTLÉ®, revisa como está la condimentación y si es necesario refuérzala. Mientras, cocina los fettuccinis en una olla con abundante agua caliente con hojas de laurel, sal y pimienta a gusto, hiérvelos durante 8 minutos hasta que queden al dente. Una vez listo, escúrrelos y devuélvelos a la olla, añade un toque de aceite de oliva o mantequilla para que no se peguen y sírvelos de inmediato con la salsa preparada y disfruta de tu preparación.

