

Espaguetis con salsa de aguacate



INGREDIENTES (4 PERSONAS)

- 350 g de espaguetis
- Queso parmesano (al gusto)

Para la salsa:

- 2 aguacates
- el zumo de 1/2 limón
- 25ml de aceite de oliva
- 1 diente de ajo
- 5-8 hojas de albahaca



ELABORACIÓN

Cocer los espaguetis.

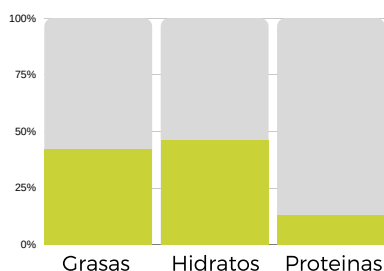
Una vez cocidos escurrirlos y reservarlos para ser utilizados posteriormente.

Para la salsa: triturar todos los ingredientes anteriormente mencionados.

Una vez se tenga la salsa mezclarla con los espaguetis, y espolvorear queso parmesano al gusto.

COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	597.62 kcal	243.92 kcal
Grasas	26.08 g	10.64 g
Hidratos	64.73 g	26.42 g
Proteínas	17.87 g	7.29 g
Fibra	15.12 g	6.17 g
Sal	0.72 g	0.29g



Consejo:
En caso de utilizar espaguetis integrales la cocción puede ser de unos 15 minutos, en el caso de no ser integrales, 10 minutos aproximadamente.