



ESPAGUETIS CON NUECES Y ESPÁRRAGOS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de espárragos trigueros
- 360 g de pasta
- 80 g de nueces
- 40 g de aceite de oliva
- 2 g de guindilla
- 40 g de queso rallado

LA PREPARACIÓN

- Hervir la pasta en un recipiente con abundante agua, con sal y un chorrito de aceite.
- Saltear los espárragos troceados, añadir guindilla al gusto.
- Mezclar las nueces trituradas, y el queso parmesano.
- Poner en un recipiente la pasta bien escurrida, añadir los espárragos, espolvorear con las nueces y el queso, y rociar con el aceite de los espárragos.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

| | |
|-------------------------------|---------------------|
| Hidratos de carbono 66.3 g | Grasas 27.1 g |
| Kcal 596 | Proteínas 18.6 g |