Vegetariánské spaghetti – špagety

https://www.varimesmarcelou.cz/vegetarianske-spaghetti-–-spagety

Když ochutnáte vegetariánské spaghetti, už nikdy jiné nebudete chtít. Jsou tak chutné, že vaše chuťové pohárky zavalí jako vlna tsunami. Jen budete slastně přivírat oči a natáčet na vidličku další a další sousto.

Ještě jednu radu zopakuji. Uvařené těstoviny NIKDY nesmí čekat na omáčku.

Těstoviny dle návodu uvařit, scedit a šup s nimi do omáčky. Tady neplatí to, co u knedlíků – uvařit předem a udržovat v teple. Pokud to tak uděláme i s těstovinami, zůstane nám v hrnci hora slepených těstovin a nepomůže proplachování, olej, čáry a máry, ani kouzla.

Na přípravu 4 porcí vegetariánských špaget si připravíme:

Na směs do omáčky si do kuchyňského sekáčku vložíme:

- Velkou hrst nasolených a oloupaných burských oříšků
- 50 g nadrobeného sýra Leicester (je britský a má oranžovou barvu)
- 1 list kapusty kadeřavé (tzv. kadeřávku, spařeného a nahrubo nasekaného)
- 3 kusy sušených rajčat naložených v oleji
- 3 polévkové lžíce olivového oleje
- Hrst dýně Hokkaido
- Špetku soli

Na základ do pánve si připravíme:

- 2-3 polévkové lžíce lanýžového oleje (v pokrmu má zásadní chuť – nezaměňovat za jiný)
- 2 plátky uzeného špeku nakrájeného na kostičky (pro vegetariány vynechat)
- 1 šalotku nakrájenou na kolečka
- 1 střední cibulku nakrájenou na měsíčky
- 1 nadrcený stroužek česneku

Dále potřebujeme:

- 240 g špaget v suchém stavu

Čas přípravy: **15 minut**

Čas tepelného zpracování: **15 minut**

Počet porcí: **4**

Náročnost: **velmi snadné**

Postup přípravy vegetariánských špaget

Nejprve si připravíme směs do omáčky. Do sekáčku vložíme všechny uvedené suroviny a necháme je nasekat. Ne úplně do hladka, ale tak, jak je patrné z obrázku. Jen aby měly zrnitou texturu.



Do hrnce dáme vařit dostatečné množství osolené vody. Špagety uvaříme dle návodu výrobce. Než se špagety uvaří, stihneme připravit omáčku.

Do zahřáté pánve nalijeme 2-3 polévkové lžíce lanýžového oleje, přidáme kostičky slaniny (ve vegetariánské verzi lze vynechat), nakrájenou šalotku a cibuli. Společně smažíme přibližně 5 minut. Nezapomínáme míchat. Na poslední minutu přidáme nadrcený česnek.

K osmažené cibuli přidáme připravenou směs ze sekáčku. Promícháme, přidáme i trochu vody ze špaget. Ochutnáme, pokud je potřeba, můžeme dle vlastní chuti přisolit.



Do pánve přidáme uvařené a scezené špagety. Promícháme a můžeme podávat.

Zaručuji Vám, že na chuť špaget jen tak nezapomenete.