

ПЪЛНОЗЪРНЕСТИ СПАГЕТИ С ГЪБИ, КАЙМА, СПАНАК И СУШЕНИ ДОМАТИ



Основни

Ястия с месо

Продукти:

- 150гр. Пълнозърнести спагети
- 400гр. Гъби-Печурки
- 250гр. Кайма
- 1 глава червен лук
- 3 скилидки чесън
- 3 супени лъжици зехтин
- Сол и Черен пипер на вкус
- 200гр. Бейби спанак
- 100гр. Сушени домати
- 250гр. Готварска сметана

Начин на приготвяне

- 1 Спагетите се приготвят както е описано на опаковката.
- 2 След като водата се стопли, прехвърляме в тенджерка и поставяме на котлона. Слагаме 1 чаена лъжица сол и много малко зехтин.
- 3 Докато се варят спагетите, в дълбока тенджерка слагаме зехтин (около 3 супени лъжици). Добавяме нарязания лук, чесън и гъби.
- 4 Добавяме малко сол и черен пипер и разбъркваме. Слагаме пухлупака на тенджерката и ги оставяме да се задушат хубаво. От време на време разбъркваме, за да не загори.
- 5 Като станат готови спагетите ги прецеждаме с гивгир и ги оставяме настрани докато приготвим соса-плънка.
- 6 След около 10-15 мин. би трябвало зеленчуците да са омекнали и към тях добавяме каймата.
- 7 След около 10 мин. добавяме и спанака и сушените домати към съставките. Оставяме да се задуши за около 5 мин. След това добавяме готварската сметана.
- 8 Сега е момента да добавим и спагетите. Изсипваме в тенджерката готовите спагети и объркваме хубаво докато всички съставки се смесят.
- 9 Бъркайте, за да не остане соса-плънка на дъното и да се разнесе и хубаво сметаната.
- 10 Оставяме на котлона със слаб огън и непрекъснато бъркане около 5 мин.
- 11 Сваляме от котлона и сервираме с малко пармезан и магданоз.