

Μακαρονάδα του σεφ



Μια ακόμη μακαρονάδα θα φτιαχτεί εδώ στην κουζίνα του HAPPY COOK. Φανταστική μοναδική και ιδιαίτερη σαλατομακαρονάδα με άρωμα του ΣΕΦ. Αν θέλεις να φας ένα ενδιαφέρον πιάτο με μακαρόνια χωρίς να χρειάζεται να βράζεις σάλτσες για να τα συνοδέψεις αλλά παράλληλα να κάνεις και ένα σούπερ σαλατογεύμα, σου έχω τη λύση. Κάνε μακαρονάδα του σεφ.

Μακαρονάδα του σεφ

1/2 πακέτο πέννες ολικής Θεσσαλικός Ανθός
100 γρ. Αλλαντικό (πάριζα ή γαλοπούλα)
100 γρ. τυρί κασέρι
2 βραστά αυγά ΒΙΟ Αυγοδιατροφικής
1/2 ντομάτα
2 κουταλιές κέτσαπ
4 κουταλιές μαγιονέζα

Για τη μαγιονέζα

2 μικρούς κροκους αυγών ΒΙΟ Αυγοδιατροφικής
150 ml ελαιόλαδο ARISTON
150 ml ηλιέλαιο
1 κουταλάκι μουστάρδα
2-3 σταγονες λεμονι
1/4 κουταλάκι αλάτι Ιμαλαίων SALTIC

Φρσκοτριμμένο πιπέρι Μπαχάρ

Εκτέλεση:

Βράζεις τα ζυμαρικά. Σε βραστό νερό βάζεις τα ωμά αυγά για 1 λεπτό για να παστεριωθούν και τα βάζεις αμέσως σε κρύο. Παίρνεις τους κρόκους και τους βάζεις σε ένα μπολ. Χτυπάς τους δύο κρόκους, βάζεις μουστάρδα και τα χτυπάς, και σιγά σιγά προσθέτεις το λάδι. Ξεκινάς με το ελαιόλαδο και μετά το ηλιέλαιο. Ρίχνεις αλάτι, πιπέρι και ξύδι βαλσαμικό λευκό, 2-3 σταγόνες λεμόνι. Προσθέτεις την κέτσαπ και ανακατεύεις. Ρίχνεις τα ζυμαρικά, το ζαμπόν, το τυρί. Ανακατεύεις. Σερβίρεις με κομμάτια αυγό και ντομάτας.



- Αν φτιάξεις κάποια βαριά σάλτσα προτίμησε να βάλεις μακαρόνια ολικής άλεσης για να εξισσοροπήσεις το γεύμα σου.
- Τα μακαρόνια είναι βασικό κομμάτι της μεσογειακής διατροφής και αν είναι συνδυασμένα σωστά γίνονται αναπόσπαστο κομμάτι μιας σωστής διατροφής και γιατί όχι και δίαιτας.
- Τέλος, όσον αφορά τη λέξη ?μακαρόνι? προέρχεται από την ελληνική λέξη ?μακάρια?. Τα μακάρια ήταν παρασκευάσματα από σιτάρι, που συμβόλιζαν την αναγέννηση και τα πρόσφεραν για την ανάσταση των νεκρών.



bletsas^{SP}
Ευτύχης Μηλέτσας