

# Μακαρόνια με ροζέ σάλτσα



Μακαρόνια! Και ποιος δεν τα αγαπάει. Υπάρχει κάποιος που θα έλεγε όχι σε μια καλή μακαρονάδα; Νομίζω πως όχι. Φαντάσου τι έχει να γίνει όταν αυτή η μακαρονάδα συνδυάζει γεύση, ισορροπία και ευκολία στην παρασκευή. Είναι μια τέλεια συνταγή που σου προτείνω να κάνεις τώρα κιόλας.

## **Υλικά:**

- 1 πακέτο ζυμαρικά βίδες ολικής άλεσης
- 1 κρεμμύδι ξερό 2 σκελίδες σκόρδο
- 5 λιαστές ντομάτες
- 2 κόκκινες πιπεριές φλωρίνης
- 2 πράσινες πιπεριές κέρατο
- 1 κουταλιά σόγια σος
- 1 χούφτα Μαϊντανό
- 1 κουταλιά πελτέ ντομάτας
- 5 ντομάτες πομοντόρο (ρόμα)

1 κουταλάκι αλάτι Ιμαλαΐων

200ml κρέμα γάλακτος (κατά προτίμηση light)

**Εκτέλεση:** Βάζεις λάδι στο τηγάνι και κόβεις τις πιπεριές. Βάζεις το κρεμμύδι στο τηγάνι και τις πιπεριές να σωταριστούν ελαφρώς , και ρίχνεις λίγο αλάτι. Εντωμεταξύ βράζεις τα ζυμαρικά. Κόβεις τις λιαστές ντομάτες και τα ντοματίνια και τα ρίχνεις κι αυτά στο τηγάνι. Ρίχνεις τη σόγια σος και τον πελτέ ντομάτας στη σάλτσα και ρίχνεις λίγο νεράκι από τα ζυμαρικά που στράγγιξες . Προσθέτεις την κρέμα γάλακτος και στο τέλος τα μακαρόνια. Ρίχνεις λίγο ελαιόλαδο και τρίβεις λίγο τυρί.

Βάζεις τα μακαρόνια να βράζουν και παράλληλα ξεκινάς την παρασκευή της σάλτσας. Βάζεις σε ένα κατσαρολάκι το κρεμμύδι και το σκόρδο μαζί με λίγο λάδι για να σοταριστούν. Έπειτα προσθέτεις τον πελτέ ντομάτες αλλά και τις ντομάτες πομοντόρο. Αφήνεις να βράσουν για λίγο όλα μαζί και προσθέτεις τα υπόλοιπα υλικά. Ρίχνεις μέσα πιπεριές φλωρίνης, πιπεριές κέρατο, αλάτι , πιπέρι, σόγια σος. Τα αφήνεις και αυτά για λίγο να βράσουν και τέλος ανακατεύεις τα βρασμένα μακαρόνια με την σάλτσα και προσθέτεις κρέμα γάλακτος.



Είμαι σίγουρος πως λάτρεψες αυτή τη συνταγή για αυτό δες και το υπόλοιπο μισό του δεύτερου επεισοδίου Harry Cook [εδώ](#).

