



Spaghetti Integral Doria con Maíz y Cilantro

Spaghetti Integral Doria con Maíz y Cilantro

Ingredientes

- 2 Paquetes de Spaghetti Integral Doria 250gr
- 1 Huevo
- 2 Tomates picados
- 1 Lata de Maíz Tierno Zenú 220gr
- 4 Cucharadas de Cilantro picado
- 70gr Queso Rallado
- Sal y Pimienta al gusto

Preparación

1. Cocinamos los Spaghetti Integral Doria de 9 a 12 minutos en abundante agua hirviendo, siempre teniendo en cuenta que por 1 litro de agua mezclamos 1 cucharadita de sal por cada 100gr de pasta.
2. En una tabla picamos los tomates en cuadraditos y el cilantro finamente.
3. Batimos el huevo en la licuadora junto con medio tomate picado y adicionamos sal al gusto.
4. Una vez licuada, agregamos el cilantro, el maíz tierno Zenú y el tomate restante.
5. Por aparte, en un sartén, ponemos el aceite y esperamos a que se caliente para poder poner nuestras pechugas a dorar.
6. Las volteamos cuando obtengamos el dorado que queramos por un lado y esperamos a obtener el mismo dorado del otro lado.
7. Este proceso se debe hacer en fuego medio.
8. Una vez terminada la cocción de los Spaghetti Integral Doria, los pasamos por agua fría y los escurrimos muy bien.
9. Para servir nos aseguramos de mezclar muy bien los Spaghetti Integral Doria con la salsa de tomate y maíz tierno Zenú le añadimos sal y pimienta al gusto y esparcimos el queso rallado por encima.
10. Como acompañamiento servimos la pechuga de pollo dorada.

Acompañamiento:

2 pechugas de pollo
 2 cucharadas de aceite vegetal