

Vegano - Rigatoni alla Norma



Tiempo de preparación: 35 min.

Dificultad: Fácil

Ingredientes (3-4 porciones)

• Ingredientes

- Tomate escurrido 1000g 750 gr
- Aceite de oliva 2 cucharadas
- Alcaparras 2 cucharadas
- Berenjenas medianas-pequeñas 2 (cada una aproximadamente de 230 a 280 gr)
- Dientes de ajo 4 cortados en rodajas delgadas
- Hojas de albahaca fresca picada 1 taza empacada sin presión
- Pasta de su elección 230 gr
- Pimienta roja molida al gusto
- Queso parmesano vegano, queso de cashew hecho en casa, o hempesano Opcional para cubrir
- Sal fina ½ cucharadita
- Sal gruesa al gusto

Para esta receta hemos usado:



Preparación

1. Colocar la berenjena en un colador y rociarla generosamente con la sal gruesa. Dejar que se asiente por unos 20 minutos. Enjuagar la berenjena, luego secarla con papel toalla o con un secador limpio, presionándola con firmeza para quitarle la humedad tanto como sea posible.
2. Poner a hervir una olla grande con agua con sal. Añadir la pasta y cocinarla siguiendo las instrucciones del paquete.
3. Mientras que el agua está llegando al punto de ebullición y la pasta se cocina, calentar el aceite de oliva en una sartén grande y honda en una temperatura medium-high. Añadir la berenjena y cocinar, moviendo constantemente, durante unos 8 a 10 minutos, o hasta que la berenjena esté dorada y muy blanda. Añadir el ajo y cocinar, moviendo constantemente, durante 1 a 2 minutos, o hasta que el ajo huela y se suavice. Mezclar con los tomates, alcaparras, sal, y la pimienta roja molida al gusto.
4. Bajar la temperatura a low. Cocinar a fuego lento la salsa de la pasta, sin tajarla, durante unos 5 a 10 minutos, o hasta que se haya espesado bien. Cuando la pasta esté lista, escurrirla, guardando aproximadamente una taza del agua donde se cocinó la pasta. Añadir la pasta escurrida a la salsa, revolver bien, luego añadir un poquito del agua de la pasta para soltar la mezcla. Probar y agregar sal y pimienta roja si es necesario. Repartir la pasta en platos hondos y cubrir con albahaca y queso vegano, opcionalmente.

- *The Full Helping*