



## Consejo del chef

Puedes añadir unas cucharadas de queso ricotta y unas hojitas de albahaca para acompañar.

## Raciones para 1

50 g  
avellanas  
1 g  
ajo en polvo  
1 g  
sal  
1 g  
nuez moscada  
100 ml  
aceite de oliva para la salsa

Aceite de oliva para saltear la calabaza

80 g  
macarrones integrales  
70 g  
calabaza  
10 g  
Ricotta  
1 puñado  
hojitas de albahaca

- 1 Tritura en un vaso mezclador las avellanas con el ajo en polvo, la sal, la nuez moscada y el aceite de oliva.
- 2 Por otra parte, hierva la pasta en abundante agua con sal. Mientras tanto, saltea la calabaza con un buen chorro de aceite de oliva.
- 3 Cuando la pasta ya esté lista, mézclala junto con la calabaza y añade la salsa de avellanas y una cucharada del agua de cocción de la pasta.
- 4 Remueve bien y sirve la pasta.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/pasta-con-calabaza-y-salsa-de-avellanas/>

