



## Consejo del chef

Servimos con una ramita de tomillo fresco o cualquier hierba al gusto.

## Raciones para 2

**250 gr** Pasta integral

**100 gr** Brócoli

**1** Manojo de espárragos  
trigueros

**1** Pimiento rojo

**1** Cebolla morada

**1/2** Calabacín

Sal al gusto

**3** Cucharadas de vinagre  
balsámico

Jugo de media lima

**2** Cucharadas de aceite de oliva

**1** Cucharaditas de sirope de  
agave

**1** Chorrito de salsa soja

- 1** Para hacer la salsa mezclamos todos los ingredientes y reservamos para después.
- 2** En una cazuela ponemos la pasta a cocer hasta que quede 'al dente' y mientras aprovechamos la cocción para colocar la vaporera encima y cocinar el brócoli al vapor.
- 3** En una sartén salteamos todas las verduras a temperatura alta, con unas gotas de aceite de oliva, hasta que queden también 'al dente'.
- 4** Escurrimos la pasta y mezclamos con la salsa, añadimos las verduras y el brócoli al vapor.
- 5** Mezclamos bien y probamos por si queremos rectificar con sal.

## Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/pasta-balsamica-verduras/>

