

ESPAGUETI DE CALABAZA CON FALSA BOLOÑESA

Ingredientes para 2 personas

- Espagueti de calabaza
- 3 Tomates pera maduros
- ½ Berenjena
- 6 Champiñones grandes
- ½ Cebolla
- 2 dientes de Ajo
- Sal
- Aceite de Oliva
- Especias (orégano, albahaca, etc)
- Queso parmesano (opcional)



Preparación

1. Preparamos los ingredientes: picamos muy fina la cebolla, cortamos los tomates y la berenjena en brunoise (dados), troceamos los champiñones en trozos no muy grandes y picamos pequeños los ajos.
2. En una sartén a fuego medio-bajo añadir un buen chorro de aceite de oliva y añadir la cebolla dejando que se poche. A los 2 o 3 minutos (cuando la cebolla pierde su color blanquecino) añadimos el ajo. Cuando se empieza a dorar añadimos los champiñones y un poquito de sal.
3. Cuando empieza a ablandarse la mezcla anterior añadimos la berenjena, rectificamos de sal y añadimos las especias que más nos gusten: puede ser orégano, albahaca, hierbas provenzales, etc. De vez en cuando le damos vueltas para que los sabores se integren.
4. Por último y cuando vemos que prácticamente están cocinados todos los ingredientes bajamos un poco el fuego y añadimos el tomate (una vez pelado y troceado para facilitar su cocción) dejándolo reducir hasta que se espese la salsa. Probamos y si es necesario añadimos un poco más de sal y especias.

5. Preparamos otra sartén (o wok) y le añadimos un poquito de aceite. Echamos los espagueti de calabaza y salteamos.
6. Por último añadimos la falsa boloñesa a los espagueti y removemos todo muy bien para que la salsa impregne todos los espagueti.
7. Podemos añadirle queso parmesano rallado por encima cuando todavía está caliente para que se derrita y le aporte un toque diferente.
8. Emplatamos y listo!! Ya podemos disfrutar de unos deliciosos espagueti de calabaza.

Bon appétit!