



Pratos Principais

Pizzas e Massas

## Penne com Molho Cremoso de Cogumelos e Alecrim

🕒 15 min.

👉 Fácil

💰 Económico

🍴 2 doses

### Ingredientes

- 200 g de massa penne
- 1 c. de sopa de farinha
- 3 c. de sopa de Leite em Pó NIDO
- 2 c. de sopa de manteiga
- 1,5 chávena de água
- 1 punhado de alecrim picado
- 200 g de cogumelos frescos
- sal q.b.
- pimenta q.b.

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 581,6 kcal | 29%* |
| <b>Proteínas</b>           | 19,6 g     | 39%* |
| <b>Lípidos</b>             | 17,5 g     | 25%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 85,4 g     | 33%* |

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Coza a massa de acordo com as instruções da embalagem.
- 2 Numa frigideira frite os cogumelos com 1 colher de opa de manteiga. Retire os cogumelos e reserve.
- 3 Na frigideira coloque a farinha e a restante manteiga e deixe cozinhar cerca de 2 minutos. Junte o leite em pó NIDO e a água aos poucos mexendo sempre. Deixe engrossar e junte o alecrim picado e sal. Envolve a massa com o molho e os cogumelos. Sirva polvilhado com pimenta.