5 Αυγούστου 2015

Ζυμαρικά με γαρίδες και λαχανικά

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Υλικά

500 γρ. ζυμαρικά (σπαγγέτι, ταλιατέλες)
1 κιλό γαρίδες καθαρισμένες από τα κεφάλια και τα κελύφη τους
4 κουταλιές της σούπας κονιάκ
1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1 πράσο κομμένο σε ροδέλες
1 ντομάτα ώριμη, ξεφλουδισμένη και ψιλοκομμένη
200 γρ. αρακάς ή κουκιά, βρασμένα
ελαιόλαδο
2 κουταλιές της σούπας φρέσκα μυρωδικά (άνηθος, μαϊντανός ή θυμάρι) ψιλοκομμένα
αλάτι
πιπέρι
Εκτέλεση

Πλένετε τις γαρίδες και τις βράζετε σε αλατισμένο νερό 4΄-5΄. Τις στραγγίζετε και μόλις κρυώσουν λίγο τις καθαρίζετε αφαιρώντας τα κελύφη και τα κεφάλια τους.

Ζεσταίνετε το λάδι και σοτάρετε τα πράσα και το κρεμμύδι μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτετε το κονιάκ, την ντομάτα, αλατοπιπερώνετε και συνεχίζετε το μαγείρεμα λίγα λεπτά, μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά της σάλτσας. Στο τέλος ρίχνετε τις γαρίδες και τον αρακά ή τα κουκιά και τα μαγειρεύετε 2΄- 3΄μέσα στη σάλτσα ανακατεύοντας.
Βράζετε τα σπαγγέτι σε αλατισμένο νερό σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας τους και τα στραγγίζετε. Τα ανακατεύετε αμέσως με τη ζεστή σάλτσα και τις γαρίδες. Πασπαλίζετε τα σπαγγέτι με τα μυρωδικά και το πιπέρι και σερβίρετε.

Μερίδες: 6 Δυσκολία: εύκολο

Πηγή: icookgreek.com