

# betano 1x - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: betano 1x

---

Sheelagh, por e-mail.

Poste suas respostas (ou novas perguntas) abaixo ou envie-as para:  
nqtheguardian.com

## Como preparar Puttanesca **betano 1x** menos de 15 minutos

A pasta Puttanesca é um prato que é muito mais do que a soma de suas partes relativamente humildes - projetada **betano 1x** torno dos itens básicos da despensa do sul da Itália, ela pode ser preparada (shh, não conte para os morenos) **betano 1x** menos de 15 minutos, mas ainda vai te deixar boquiaberto a cada vez. Mantenha os ingredientes abaixo **betano 1x** estoque e você sempre irá para a cama feliz.

Tempo de preparo **5 min**

Tempo de cozimento **12 min**

Para **2 pessoas**

**4 anchovas** (opcional)

**50g de azeitonas pretas de boa qualidade**

**1 colher de sopa de capers**

**2 alhos**

**Sal**

**160g de spaghetti**

**3 colheres de sopa de azeite de oliva de boa qualidade**

**½ colher de chá de flocos de chili** (opcional)

**2 colheres de sopa de pasta de tomate**

**100ml de molho de tomate**

**1 pequeno monte de salsa ou manjericão fresco** (opcional)

## 1. Um comentário sobre as anchovas

Como muitas receitas italianas amadas, a puttanesca é um assunto de debate quente - vegetarianos devem notar que **betano 1x** Nápoles as anchovas são consideradas opcionais (se estiver servindo para uma companhia mista, omita o peixe da salsa, e **betano 1x** vez disso, coloque-os **betano 1x** cima do prato acabado para aqueles que comem-los, como Angela Hartnett faz com anchovas marinadas).

## 2. Remova os pedaços e corte as azeitonas

Coloque uma grande panelha d'água para ferver. Remova os pedaços das azeitonas, se necessário - frutos pequenos pretos ou roxos escuros intensamente saborosos são os melhores aqui, e recomendo comprar eles sem cascas, porque eles tendem a ser menos macios. Descasque as azeitonas e corte-as grosseiramente e coloque-as **betano 1x** um pequeno tigela perto da fogão.

## 3. Prepare as anchovas e capers

Se as anchovas ou capers estiverem **betano 1x** sal, enxágue-os e seque (obviamente, não é

necessário fazer isso se estiverem **betano 1x** óleo ou **betano 1x** picles). Corte gross

---

**Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: betano 1x

Palavras-chave: **betano 1x - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-14