KIKKOMAN

Pasta al forno con zucca e alga nori

Tempo totale **60 Min** **20 Min** Tempo di preparazione **40 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
1.641 kJ / 392 kcal

Grassi: **30,3 g** Proteine: **33,2 g**
Carboidrati: **66,4 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

Per la pasta:

120 g	di pasta corta, per es. penne o maccheroni

Per la salsa:

120 g	di zucca Hokkaido
300 ml	di latte
10 g	di pasta di curry giallo
40 g	di burro
25 g	di farina di grano
50 ml	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
75 g	di formaggio Cheddar
50 g	di mozzarella per pizza

Per la guarnizione:

1	foglio alga nori
1 cucchiaino	di semi di sesamo nero
1 cucchiaino	di coriandolo

PREPARAZIONE

Passaggio 1

120 g di pasta corta, per es. penne o maccheroni
Cuoci la pasta al dente seguendo le istruzioni sulla confezione.

Passaggio 2

120 g di zucca Hokkaido - **300 ml** di latte - **10 g** di pasta di curry giallo - **40 g** di burro - **25 g** di farina di grano - **50 ml** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **75 g** di formaggio Cheddar - **50 g** di mozzarella per pizza
Grattugia la zucca con una grattugia a maglie larghe, mescolala con il latte e la pasta al curry e cuoci per 5 minuti. Sciogli il burro in una padella e aggiungi la farina. Cuoci a fuoco basso per 2 minuti, mescolando frequentemente. Aggiungi il latte e la zucca e mescola energicamente fino a che gli ingredienti non si saranno amalgamati.
Aggiungi alla salsa la salsa di soia Kikkoman, il cheddar grattugiato e la mozzarella grattugiata. Mescola e riscalda fino a che i formaggi non si saranno sciolti.

Passaggio 3

Ingredienti per la guarnizione:

1 foglio alga nori - **1 cucchiaino** di semi di sesamo nero - **1 cucchiaino** di coriandolo
Mescola la salsa del passaggio 2 con la pasta, trasferisci in una teglia da forno e cuoci per circa 20 minuti a 200 °C fino a doratura. Sbriciola l'alga nori. Servi in porzioni su un piatto e guarnisci con l'alga nori sbriciolata, i semi di sesamo nero e il coriandolo.