

Penne alla Bolognese con salsa di soia

Tempo totale **30 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **20 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
2.491 kJ / 595 kcal

Grassi: **18 g** Proteine: **33 g**
Carboidrati: **70 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

200 g di penne
1 cucchiaio di olio vegetale
0,5 cipolla
2 spicchi d'aglio
300 g di carne macinata di manzo
400 g di pomodori pelati in scatola
2 cucchiaini Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
2 g di coriandolo tritato

PREPARAZIONE

Passaggio 1

200 g di penne - **1 cucchiaio** di olio vegetale - **0,5** cipolla, tritata - **2** spicchi d'aglio, tritati - **300 g** di carne macinata di manzo
Cuoci le penne seguendo le istruzioni sulla confezione. Scalda l'olio vegetale e soffriggi la cipolla e l'aglio tritati per 1 minuto. Aggiungi la carne macinata e cuoci per 3 minuti, mescolando costantemente.

Passaggio 2

400 g di pomodori pelati in scatola - **2 cucchiaini** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **2 g** di coriandolo tritato
Aggiungi alla carne i pomodori a pezzetti in scatola e la Salsa di Soia Kikkoman. Copri e lascia sobbollire per 20 minuti. Unisci il sugo alle penne cotte e cospargi con il coriandolo tritato.