

## Paste cu sos ragu, vegan



**TIMP PREGĂTIRE**

—

**TIMP GĂTIRE**

—

**PORȚII**

—

**CALORII**

—





## ● Ingrediente

Ingrediente indisponibile momentan.

## ● Mod de preparare

### 01 Pasul 1

Ador pastele sub orice forma! De fapt, cui nu-i plac?!

Desi am fost invatata cumva: ca sa fie bun tre' sa fie cu de toate...

Nu tare de mult am inteles ca, de fapt, gustul sta in calitatea produselor si nu in cantitate!

Imi aduc perfect aminte cand am mancat prima oara paste in Italia si erau "chele"! Am fost..dezamagita sa platesc asa mult pentru niste spaghetti cu sos rosu si o frunza de busuioc. Atat!

Imi era destul de foame asa ca am zis "fie"! si nu mare mi-a fost uimirea cand am gustat unele dintre cele mai bune paste si momentul in care am inceput sa imi cumpar busuioc! :)))

Asadar, nu este necesar sa ai 928349 de ingrediente ci putine dar bune. Grozav este ca amgasit o afacere care "gandeste la fel". Produse siciliene cu ingrediente naturale si de calitate.

Daca sunteti curiosi las aici link-ul lor si codul "NATURAWL15" pentru -15% reducere la comanda finala; ei se numesc [Almasicily](#) si reteta de astazicontine si ingrediente de aici.

Revenind: esti pofticios, adori mancarurile calde si pastele cu sos rosu?! Daca da, atunci acest deliciu este pentru tine!

### **Pentru 2 portii de Paste caserecce cu sos ragu vegan, ai nevoie de:**

- 1/2 cana soia granule, hidratata
- 300g [sos rosii](#)
- 1 ceapa rosie, tocata marunt
- 1 lingura pasta tomate (*optional*)
- 1/4 lingurita [fulgi chili](#)
- 1/3 lingurita boia afumata
- 1 lingurita pudra usturoi
- [sare](#) si [piper](#), dupa gust
- 2 linguri [ulei de masline extravirgin](#)
- 200g [paste caserecce siciliene](#)

**Preparare:** Cat fierbe apa; intr-un vas pune granulele de soia cu putina sare, piper si mix de legume deshidratate, apoi adauga apa fiarta peste, cat sa le acopere si inca oleaca si acopera-le!

Apoi pune pastele la fiert cu putina sare si hai sa facem sosoul.

Varianta 1: Intr-o tigaie pune la incins uleiul si adauga ceapa, amesteca bine si adauga condimentele si soia granulata; amesteca si

