

# Spaghete negre cu ciuperci si usturoi



TIMP PREGĂTIRE

—

TIMP GĂTIRE

—

PORȚII

—

CALORII

—

## ● Ingrediente

Ingrediente indisponibile momentan.

## ● Mod de preparare

### 01 Pasul 1

Cum se face ca, cea mai mare dragoste, cele mai grozave retete si cel mai delicios gust mi se pare cand faci..paste cu iubire! <3

Rar spre deloc fac retete, intotdeauna "incropesc" cu ceea ce e prin piata, sau gasesc in frigider.

Asa ca daca tot imi ramasese niste smantana de soia desfacuta si ciuperci de la [salata de ciuperci cu maioneza de post, facuta in casa](#); am zis sa fac ceva cu ele.

Asa a aparut minunata **reteta de spaghetti cu ciuperci cu usturoi si smantana vegetala!** Este atat de simpla dar Doamneeee!!! cat de repede le-am mancat! :)))

Pentru 2 portii ai nevoie de:

- 2 "inele de [spaghete negre](#)"\*
- 4-5 ciuperci Champignon, taiate in 4
- 3 catei de usturoi, dati pe razatoare
- 3 linguri [ulei de masline extravirgin](#)
- 100 ml smantana de soia
- 1/2 lingurita [usturoi macinat](#)
- [sare](#) si [piper](#) dupa gust

\*1 x inel= o portie pentru o persoana de spaghetti (*tii degetul mare si aratator sub forma de cerc, strangi pana la prima falanga a degetului mare, da, prima de langa unghie; asta e o portie generoasa de paste*).

Cat timp fierb pastele in apa cu sare, taie ciupercile (*mie imi plac in 4, se simte gustul mai puternic*), si pune-le in tigaia incinsa pana se inmoaie, apoi pune uleiul, usturoiul taiat, (*waaaa, deja simt mirosul si imi ploua in gura:))))*), adauga si usturoiul macinat, sarea, piperul, pastele gata fierte, amesteca putin si la final adauga smantana de soia si asta-i tot! Yuuuummmmm!

\***Bonus:** Daca si tu adori mancarea mai spicy, pune niste [fulgi de chili](#) o data cu usturoiul! Si busuiooooo, desigur! ^\_^