



## SUGO CREMOSO DI FUNGHI

Condimento per pasta

 10 minuti 20 minuti 4 porzioni

## INGREDIENTI

- 600 grammi di funghi misti surgelati
- 2 cucchiaini da tavola di olio di oliva extravergine (18 g)
- 1 spicchio di aglio, fresco
- 1/2 vaschetta di philadelphia Protein (88 g)

## COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° Scaldare l'olio in padella dal fondo largo, far profumare l'olio con lo spicchio d'aglio schiacciato. Aggiungere i funghi misti e regolare di sale. A cottura ultimata aggiungere la Philadelphia. Tenere da parte poca acqua di cottura della pasta e scolarla al dente. Terminare la cottura della pasta risottandola.

## INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (177 g)	% AR
ENERGIA	51 kcal	90 kcal	4 %
PROTEINE	3 g	6 g	12 %
CARBOIDRATI	2 g	4 g	2 %
ZUCCHERI	1 g	1 g	2 %
LIPIDI	3 g	6 g	8 %
GRASSI SATURI	0 g	1 g	4 %
FIBRE ALIMENTARI	1 g	3 g	10 %
SODIO	4 mg	8 mg	0 %