

e peperoncino

200 grammi di spaghetti

1 spicchio d'aglio

peperoncino secco

2 cucchiiai di olio d'oliva



Con poche calorie



Cuociamo gli spaghetti in abbondante acqua e nel frattempo tritiamo l'aglio e il peperoncino.

Mettiamoli in una tazza con l'olio d'oliva e aggiungiamo alcuni cucchiaini di acqua di cottura della pasta e

L'acqua aggiunta aiuterà a "mantecare" gli ingredienti. Quando la pasta sarà cotta, scoliamola e rimettiamola

in pentola, rovesciamo sopra il condimento e mescoliamo.

Serviamo con del grana grattugiato.

Un semplice piatto dal grande effetto.

*Un piatto di spaghetti aglio olio e peperoncino,
perfetto e con poche calorie da gustare in compagnia.*