



Macarrão alho e óleo



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

00:20

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Brócolis ramoso (em floretes)	Buquês de um maço	400 g
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	2 colheres (sopa)	30 ml
Macarrão tipo penne (cozido "al dente")	1 embalagem	500 g
Tempero SAZÓN® Profissional Alho	2 colheres (chá)	10 g
Sal	1 colher (chá)	5 g

Modo de Preparo

- 1.** Branqueamento do brócolis: em uma panela média com água fervente, coloque o brócolis e deixe por 1 minuto. Em seguida, mergulhe em água fria para cessar o cozimento. Escorra e reserve.
- 2.** Em uma panela grande, coloque o Azeite TERRANO™ e leve ao fogo alto para aquecer. Junte o brócolis e refogue por 1 minuto. Acrescente o macarrão e mexa delicadamente por mais 2 minutos.
- 3.** Adicione o Tempero SAZÓN® Profissional e o sal, e misture. Retire do fogo e sirva em seguida.