



Απλή, εύκολη, ελαφριά και όμως τόσο νόστιμη η μακαρονάδα σου θα σας καταπλήξει !!!

Θερμίδες :290 kcal/Μερίδα

Υλικά

- 1 πακέτο μακαρόνια πένες ή φιογκάκια
- 2 ρίζες φινόκιο
- 4 κ.σ ελαιόλαδο
- 2 μέτρια πράσα
- 150γρ. μανιτάρια κομμένα σε φετούλες
- 1 σκελίδα σκόρδο
- 1 ποτηράκι του κρασιού λευκό κρασί
- Αλάτι, πιπέρι



Εκτέλεση

- Σε κατσαρόλα με αλατισμένο νερό βράζετε τις πένες ή τα φιογκάκια σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας. Σουρώνοντας κράτησε ένα φλιτζάνι από το νερό για το σερβίρισμα
- Σε ένα βαθύ αντικολλητικό σκεύος βάζετε το ελαιόλαδο να κάψει και σόταρε το φινόκιο ψιλοκομμένο. Πρόσθεσε το σκόρδο και τα πράσα να μαλακώσουν και τέλος ρίξτε τα μανιτάρια
- Τσιγαρίζετε όλα τα λαχανικά μαζί για μερικά λεπτά, σβήστε με το κρασί και αφήστε να εξατμιστεί το αλκοόλ. Αλατοπιπερώστε, σκεπάστε και σε πολύ χαμηλή φωτιά αφήστε τη σάλτσα να δέσει για 3-4 λεπτά
- Έπειτα ρίχνετε τα μακαρόνια μαζί με το νερό που κράτησες στη σάλτσα και ανακατέψτε καλά. Πρόσθεσε επιπλέον πιπέρι και σέρβιρε
- Προαιρετικά μπορείτε να πασπαλίσετε με λίγο τριμμένο τυρί παρμεζάνα ή μοτσαρέλα