ВЕЧЕРЯ

Фусили с доматен сос и сирене



Фусили с домашен доматен сос и настъргано сирене - готови за минути, с прост и познат вкус. Пастата дава енергия, доматите витамин С, а сиренето калций.

Подготовка: 10 мин **Готвене:** 15 мин **Общо:** 25 мин **Порции:** 2
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен

Съставки

- 1 ч.ч. фусили (може и пълнозърнести)
- 1 обелен домат или 3 с.л. домашен доматен сос
- 1 с.л. зехтин
- 2 с.л. ситно настъргано сирене (кашкавал, овче сирене или микс)
- ½ малка скилидка чесън (по желание)
- Щипка сушен босилек или риган

Начин на приготвяне

1. Сваряване на пастата: Сварете фусилите според указанията на опаковката, без да добавяте сол, ако приготвяте за малко дете. Отцедете и оставете настрани.
2. Приготвяне на соса: В малък тиган загрейте зехтина и леко задушете чесъна (ако използвате). Добавете настъргания домат или доматения сос. Сложете босилека или ригана и оставете да къкри, докато се сгъсти леко, около 5-7 минути.
3. Поднасяне: Смесете сварената паста със соса, разбъркайте добре и поднесете, поръсена със сирене.
4. По желание: Ако желаете да обогатите ястието, можете да добавите малко пасиран или ситно настърган морков за естествена сладост и витамини.

Съхранение

- Съхранявайте пастата със сос в затворен съд в хладилника до 2 дни. Преди сервиране загрейте в микровълнова печка или на водна баня, добавяйки малко вода, ако е необходимо, и охладете до топла температура.
- Доматеният сос може да се съхранява отделно в хладилника до 3 дни и да се смесва с прясно сварена паста при хранене.

Замразяване

- Замразете доматения сос във форми за лед или малки съдове до 1 месец.
- Избягвайте замразяването на готовата паста със сос, тъй като макароните стават кашави при размразяване.

Съвети

- Тази паста е топло и балансирано ястие, което се харесва на малки и големи. Подходящо за семейно похапване, за дните, в които времето не стига, но вниманието към храната остава.