

# PENNE RIGATTI CON BERENJENA Y ALBAHACA

4 raciones

45 min

Media

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Pasta · Primeros platos · Vegetarianas · Verdura



## Información nutricional

Valores por ración

<b>Energía</b>	<b>Proteínas</b>
<b>245 kcal</b>	<b>10 g</b>
<b>Grasas</b>	<b>Carbohidratos</b>
<b>15 g</b>	<b>50 g</b>
<b>Fibra</b>	<b>Sal</b>
<b>5 g</b>	<b>0.8 g</b>

## Ingredientes





- 600 g de [salsa-de-tomate-casera](#)
- 200 g de pasta penne secos
- 200 g de berenjena
- 200 g de calabacín
- 30 g de tomates secos en aceite
- 30 g de aceite de oliva
- 2 diente de ajo
- 1 ramito de albahaca
- Zumo de 1/2 limón (para el remojo)
- Pimienta negra
- Sal



# Preparación paso a paso

## TRADICIONAL

- 1** Pon a hervir 2 litros de agua con sal y cuece la pasta hasta que esté al dente; escurre y corta la cocción con agua fría.
- 2** Lava y corta la berenjena en dados y déjala en agua fría con zumo de limón para que no se oxide; escurre y seca.
- 3** Lava y corta el calabacín en dados; pela y pica fino el ajo.
- 4** Calienta el aceite en una sartén amplia y saltea ajo, berenjena y calabacín unos 15 minutos hasta que ablanden.
- 5** Seca el tomate seco sobre papel de cocina para retirar el exceso de aceite.
- 6** Añade la [salsa-de-tomate-casera](#), salpimenta, tapa y cocina a fuego medio unos 15 minutos, moviendo de vez en cuando.
- 7** Incorpora el tomate seco troceado, la albahaca picada fina y la pasta escurrida; mezcla 5 minutos al fuego para integrar sabores y sirve.

## THERMOMIX

- 1** Lava y corta la berenjena en dados y déjala en agua fría con zumo de limón; escurre y seca.
- 2** Lava y corta el calabacín en dados; seca el tomate seco sobre papel de cocina.
- 3** Pica los tomates en el vaso. **3 min / vel 5**
- 4** Pica el ajo con el aceite. **4 seg / vel 4**
- 5** Sofríe ajo y aceite. **4 min / Varoma / vel 4**
- 6** Añade berenjena y calabacín. **10 min / 100 °C /  / vel **
- 7** Incorpora la [salsa-de-tomate-casera](#). **10 min / Varoma /  / vel **

- 8** Cocer la pasta: Vierte 1,5 l de agua. **12 min / 100 °C / vel 1**
  - 9** Añade sal y la pasta por el bocal y cuece según el paquete.  
**7-10 min / 100 °C /  / vel **
  - 10** Escurre con cestillo o Varoma y mezcla en sartén con la salsa, el tomate seco troceado y la albahaca picada fina unos 5 minutos; sirve.
- 

## Consejos

- Para que la berenjena quede más sabrosa, sécala bien tras el remojo con limón antes de saltearla. [:contentReference\[oaicite:2\]{index=2}](#)
- Si quieres un resultado más “meloso”, cocina la salsa tapada y mueve de vez en cuando para que no se agarre. [:contentReference\[oaicite:3\]{index=3}](#)
- Ajusta el punto “al dente” respetando el tiempo del paquete y corta la cocción como indica la receta para que la pasta no se pase. [:contentReference\[oaicite:4\]{index=4}](#)
- Refuerza el aroma añadiendo la albahaca al final, bien picada, para que conserve su frescor. [:contentReference\[oaicite:5\]{index=5}](#)