

Spaghetti com Cogumelos Frescos

Spaghetti com molho de cogumelos frescos, uma boa pedida para um jantar leve, vegetariano e nutritivo.



Eis uma receita muito fácil e que não há como errar em uma ocasião mais romântica: **Spaghetti com Molho de Cogumelos Frescos**. São poucos ingredientes, pouco tempo necessário para ficar na frente do fogão...trabalho mesmo terá só para escolher os melhores produtos para que fique perfeita!

Desta vez segue a dica com um mix que tinha mais cogumelo *porcini* que qualquer outro, mas você pode fazer com outros tipos de **cogumelos frescos**: *shimeji* (tem dica de preparo [aqui](#)), cogumelo paris, castanho, *girolle*, portobello...o que for mais acessível (ou seu preferido). O legal é que esta é uma receita que agrada vegetarianos e carnívoros, sendo rica em proteínas.

Confira abaixo como preparar esta massa com molho de **cogumelos**

frescos, ingredientes para duas pessoas. Ao final, dicas sobre o preparo em si e alternativas.

Spaghetti com Molho de Cogumelos Frescos



Ingredientes

- 200 gramas de spaghetti;
- 400 gramas de cogumelos frescos (usei *porcini*);
- 2 colheres de manteiga;
- 2 colheres de azeite extra virgem;
- 1/2 xícara de queijo parmesão ralado;
- Salsinha e tomilho;
- Alho;
- 50 ml de vinho branco;
- Sal e pimenta preta moída na hora à gosto.

Modo de preparo

Coloque a água aquecer para cozinhar a massa enquanto prepara o molho. Limpe os **cogumelos frescos** com um pano úmido. Corte em filetes ou cubinhos. Corte a salsa e separe as folhas do tomilho. Descasque o alho, remova o miolinho, corte e esmague bem.

Quando a água do spaghetti estiver fervendo, acrescente um

pouco de sal e coloque a massa para cozinhar. Quando estiver *al dente*, desligue, escorra e reserve. Lembre de separar ao menos 1 xícara de água do cozimento da massa, caso queira usar para incrementar o molho.

Enquanto a água esquenta e a massa cozinha, aqueça uma frigideira grande (pode ser na *wok*!) com o azeite e a manteiga. Coloque o alho esmagado e refogue até que esteja cozido. Quando estiverem no ponto, coloque os **cogumelos frescos** picados e refogue, até que estejam levemente dourados. Adicione o tomilho e misture bem. Coloque o vinho e cozinhe até que o álcool evapore completamente. Desligue e tempere com o sal e pimenta.



Adicione o **spaghetti** já cozido e misture, com a panela do molho ligada novamente em fogo baixo. Por fim, adicione a salsinha picada e misture bem, com a panela já desligada. Se precisar de um pouco mais de líquido para misturar, adicione uma ou duas colheres do líquido do cozimento da massa. Sirva e polvilhe com queijo parmesão ralado.



Dicas

- o talharim também fica ótimo com este molho;
- se quiser adicionar óleo trufado, dá um sabor extra ao prato;
- os cogumelos secos também ficam excelentes se preparados dessa forma, desde que hidratados corretamente antes de refogar. Lembre de deixar escorrer bem a água, para evitar que os cogumelos cozinhem ao invés de refogar;
- os temperos verdes são adicionados ao final para que mantenham seu frescor e sabor.

Origem: a receita original italiana de pasta com cogumelos frescos usa o do tipo **porcini**. Este cogumelo tem formato graúdo e parte superior com coloração castanha. É mais comum nas florestas montanhosas da Itália. No Brasil é vendido seco, em geral. A ideia é muito simples: uma boa **pasta** com **cogumelos frescos salteados**.

— — —

Não sou patrocinada pela [Barilla](#). Gosto das massas deles, pois aqui são as que tem o melhor custo-benefício.