

Macarrão de Forno com Molho Branco Funcional sem Lactose Light



Ingredientes:

Molho branco

400ml de leite de arroz

1/2 xícara de biomassa de banana verde

1 colher (sopa) farinha de yacon

1 cebola picada

3 dentes de alho

2 colheres (sopa) de azeite

Sal, noz moscada e pimenta do reino a gosto

Macarrão com legumes

1 pacote (500g) de macarrão sem glúten

1 cenoura picada

200g de vagem picada

1 xícara (chá) de milho verde

Salsinha

Queijo de búfala picado

Modo de Preparo:

Para o molho branco:

Bata o leite vegetal, a biomassa e a farinha de yacon no liquidificador. Em seguida, refogue a cebola e o alho no azeite. Adicione a mistura de biomassa e mexa até engrossar. Finalize com o sal, a noz moscada e a pimenta do reino.

Para o macarrão:

Cozinhe o macarrão até ficar al dente (um pouco mais durinho). Enquanto isso, cozinhe a cenoura e a vagem até que fiquem macias. Quando os legumes estiverem cozidos, escorra-os e misture ao molho branco. Adicione o milho e a salsinha picada. Em uma tigela, coloque o macarrão e cubra com o molho branco. Coloque as fatias de queijo de búfala por cima e leve ao forno durante 5 minutos.

[Macarrão de Forno com Molho Branco](#)