

# Pasta de Calabaza & Calabacn a lo Grande

**Makes:** 6 Servings

## Ingredients

**8 ounces** “pasta penne” de trigo integral  
**4 ounces** cebolla amarilla  
**8 ounces** calabaza de verano, calabacín  
**8 ounces** calabaza de invierno, calabaza  
**1 tablespoon** aceite de oliva  
**1 tablespoon** vinagre balsámico  
**1/4 cup** queso parmesano, rallado  
**pinch** pimienta negra molida



## Directions

1. Cocine la pasta al dente y enjuague en agua fría. Sazone con sal y pimienta, rocíe con aceite de oliva. Mezcle suavemente y apártela.
2. Remueva la cáscara y las semillas de una calabaza mediana, condimente con sal, pimienta y aceite de oliva, ponga la calabaza en una cazuela tostadora mediana con aproximadamente 1/2" de agua y colóquela en el horno caliente (375° F) hasta que se ablande (aproximadamente 30 a 40 minutos).
3. Parta las cebollas en cortes julianas o en tiras finas. Ponga las cebollas y el aceite de oliva en una sartén en la estufa y sofría. Añada el vinagre balsámico y continúe la cocción durante 15 minutos. Añada los calabacines en rodajas finas, mezcle con la cebolla y continúe la cocción durante 5 minutos.
4. Combine la pasta cocida y la calabaza a la

mezcla del calabacín y cebolla cocida y revuélvalo. Espolvoree cada porción con queso parmesano.

## Notes

Tamaño de la porción: 1 porción

Consejo: Compre una calabaza que ya este pelada y sin semillas. Corte la calabaza en pedazos de tamaño medianos cuadrados (1 a 2").