

Pasta with Asparagus

For more recipe ideas, visit us at: slofoodbank.org/nutrition

Makes 4 Servings **Total Time:** 20 minutes

Ingredients:

½ pound macaroni pasta
5 garlic cloves
¼ cup grated parmesan cheese
1 teaspoon red pepper flakes
2-3 dashes hot sauce
¼ cup olive oil
1 tablespoon butter or margarine
1 pound asparagus, chopped
Salt and pepper to taste



1. Cook pasta according to package.
2. While the pasta cooks, heat oil, butter, garlic, red pepper flakes, and hot sauce in a skillet for 2-3 minutes.
3. Add asparagus, salt, and pepper and sauté for about 8 minutes. Add cheese and mix well. Pour over hot pasta and toss to coat.



Adapted from: foodnetwork.com
For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664

Pasta con espárragos

Para más ideas de recetas, visítenos en: slofoodbank.org/nutrition

Hace 4 Servings **Tiempo total: 20 minutos**

Ingredientes:

½ libra de pasta de macarrones
5 dientes de ajo
¼ de taza de queso parmesano rallado
1 cucharadita de copos de pimienta roja
2-3 chorros de salsa picante
¼ de taza de aceite de oliva
1 cucharada de mantequilla o margarina
1 libra de espárragos picados
Sal y pimienta al gusto



1. Cocer la pasta según el paquete.
2. Mientras se cuece la pasta, calienta en una sartén el aceite, la mantequilla, el ajo, las hojuelas de pimiento rojo y la salsa picante durante 2-3 minutos.
3. Añadir los espárragos, la sal y la pimienta y saltear durante 8 minutos. Añadir el queso y la pasta cocida. Servir inmediatamente.



Adaptado de: foodnetwork.com
Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664