

Pasta in Quick Tomato Sauce

पास्ता इन क्विक टॉमाटो सॉस

Preparation: 10 mins.

Cooking: 23 mins.

Serves 4 Cal/Ser 126



Ingredients

- 2 cups macaroni or penne or any other shape pasta
- 1 medium green or yellow capsicum - cut into ¾" triangles
- 1 medium tomato - cut into 4 pieces and remove pulp, cut into strips
- 3 tbsp olive oil
- 2 tsp crushed garlic
- 1 cup ready-made tomato puree
- ½ tsp pepper, 1¼ tsp salt
- ¾ tsp oregano or mixed herbs
- ½ cup water, ½ cup cream or milk

Method

1. Microwave covered 6 cups water, 1 tsp salt & 1 tbsp oil for 10 minutes. Add pasta. Microwave for 4 minutes. Stir once in between. Let it stand in hot water for 2-3 minutes till soft. Strain. Sprinkle 1 tbsp olive oil on the pasta.
2. Microwave 2 tbsp oil, crushed garlic, capsicum, ready-made tomato puree, pepper, oregano & salt for 6 minutes.
3. Add boiled pasta, mix well. Keep aside till serving time. To serve, add tomato, cream or milk and water to the pasta. Mix well. Microwave for 3 minutes. Check salt and pepper. Serve hot with garlic bread.

सामग्री

- 2 कप मैकरोनी या पेने या कोई अन्य आकार का पास्ता
- 1 मध्यम हरी या पीली शिमला मिर्च - ¾" के तिकोनाकार टुकड़े काटें
- 1 मध्यम आकार का टमाटर - 4 टुकड़े काटें, गूदा निकाल कर पट्टियां काटें
- 3 बड़े च. तेल (ऑलिव ऑयल)
- 2 छोटे च. कुटा हुआ लहसुन
- 1 कप रेडीमेड टॉमाटो प्यूरी
- ½ छोटा च. ओरिगेनो या मिलीजुली हर्ब
- 1¼ छोटा च. नमक, ½ छोटा च. काली मिर्च
- ½ कप पानी, ½ कप क्रीम या दूध

विधि

1. ढक कर 6 कप पानी, 1 छोटा च. नमक और 1 बड़ा च. तेल 10 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। पास्ता डालें। 4 मिनट माइक्रोवेव करें। बीच में एक बार हिलाएं। इसे गर्म पानी में 2-3 मिनट रहने दें या जब तक नरम हो जाए। पानी निकालें। 1-2 बड़े च. ऑलिव ऑयल पास्ता पर छिड़कें।
2. 2 बड़े च. तेल, कुटा हुआ लहसुन, शिमला मिर्च, रेडीमेड टॉमाटो प्यूरी, काली मिर्च, ओरिगेनो और नमक 6 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें।
3. पास्ता मिलाएं। परोसने के समय तक अलग रखें। परोसने के लिए टमाटर, क्रीम या दूध और पानी पास्ता में डालें। अच्छी तरह मिलाएं। 3 मिनट माइक्रोवेव करें। नमक-काली मिर्च चेक करें। गार्लिक ब्रेड के साथ गर्म परोसें।

TiP

Add vegetables like broccoli, baby corns or mushrooms along with capsicum. ब्रोकली, बेबीकॉर्न या मशरूम भी पास्ता में अच्छे लगते हैं।

Recipes to be microwaved at 100% level or high unless the power level is specified in the recipe.

सभी रेसिपी को 100% पॉवर लेवल (हाई) पर माइक्रोवेव करें।

यदि कम पॉवर लेवल की आवश्यकता हो तो रेसिपी में लिखा हुआ है।