

## Pasta Congelada

Estos fideos congelados ya están casi cocinados y se pueden usar en vez de fideos hechos en casa. Manténgalos congelados hasta el momento de usarlos.

### **Macarrón con queso hecho en casa** (para 4 porciones)

2 cucharadas de mantequilla o margarina  
2 cucharadas de harina  
1 taza de leche  
4 onzas (1 taza) de queso rallado  
3 tazas de fideos cocinados (descongelados)

1. Derrita la mantequilla o margarina; añade la harina y revuelva hasta que esté suave
2. Añada la leche y revuelva.
3. Cocine a fuego medio hasta que esté espeso, revolviendo constantemente.
4. Apague el fuego. Añada el queso y revuelva hasta que se derrita.
5. Añada las 3 tazas de fideos cocinados (descongelados).
6. Refrigere lo que sobre.

### **Ensalada de Pasta hecha en casa** (para 6 porciones)

3 tazas de fideos cocinados (descongelado)  
1 taza de carne cocinada, cortada en trozos (ensaye con pavo, pollo o jamón)  
1 taza de frijoles cocinados o huevo duro (pruebe con garbanzos, frijoles en lata o frijoles blancos)  
2 tazas de vegetales, lavados y cortados en trozos (ensaye con brócoli, zanahorias, apio, tomates, chícharos y pimientos)  
1/2 taza de aderezo para ensaladas (de sabor italiano, de sabor “ranch” o su preferido)

1. Mezcle los ingredientes en un recipiente o en una bolsa de plástico, marca “ziplock”.
2. Deje enfriar la ensalada hasta el momento de servir. Refrigere lo que sobre.

### **Otros usos para fideos congelados:**

- Añada por cada 1/3 taza de fideos, 1 taza de sopa (cualquiera le queda bien: las sopas de frijoles, de verduras, de tomate o de carne)
- Añada de 1/2 a 1 taza de fideos a las cazuelas o a otros platillos mezclados
- Sirva salsa para pasta, salsa de espaguetis, chili o guisado sobre los fideos calientes (caliente los fideos congelados en micro-ondas de 30 a 60 segundos, o póngalos en agua hirviendo y cocínelos de 30 a 60 segundos).