



Πέννες αλά κρεμ με γιαούρτι & λαχανικά

Μερίδες: 4 | **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά | **Χρόνος μαγειρέματος:** 20 λεπτά

Υλικά

- [500 γρ. Πέννε Ριγκάτε Ολικής Άλεσης MISKO](#)
- ελαιόλαδο
- 2 κρεμμύδια, σε φέτες
- 1 κόκκινη πιπεριά, σε λωρίδες
- 2 κίτρινες πιπεριές, σε λωρίδες
- 250 γρ. λευκά μανιτάρια, σε φέτες
- 1 σκελίδα σκόρδο, τριμμένο
- ½ κ.σ. αποξηραμένο εστραγκόν
- 10 λιαστές ντομάτες, ψιλοκομμένες
- 100 ml λευκό κρασί
- 400 γρ. γιαούρτι στραγγιστό (πλήρες ή 2%)
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

- 1) Γεμίζουμε μια κατσαρόλα με νερό και τη βάζουμε σε υψηλή φωτιά με το καπάκι κλειστό.
- 2) Παράλληλα ζεσταίνουμε 4 κ.σ. ελαιόλαδο σε βαθύ τηγάνι και σοτάρουμε το κρεμμύδι και τις πιπεριές για 3-4 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν.
- 3) Προσθέτουμε τα μανιτάρια, αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και τα σοτάρουμε για 6-8 λεπτά σε μέτρια φωτιά μέχρι να αποβάλλουν τα υγρά τους και τα περισσότερα να εξατμιστούν.
- 4) Εντωμεταξύ ετοιμάζουμε τα ζυμαρικά. Όταν βράσει το νερό στην κατσαρόλα, το αλατίζουμε καλά (35 γρ. αλάτι για 5 λίτρα νερό) και ρίχνουμε μέσα τις [Πέννε Ριγκάτε Ολικής Άλεσης MISKO](#). Ανακατεύουμε και αφήνουμε να βράσουν για όσο χρόνο αναφέρει η συσκευασία.



5) Όταν ετοιμαστούν τα μανιτάρια, προσθέτουμε στο τηγάνι το σκόρδο, τις λιαστές ντομάτες και το εστραγκόν και σβήνουμε με το κρασί. Ανακατεύουμε και αφήνουμε να εξατμιστεί το αλκοόλ.

6) Παράλληλα σε μπολ ρίχνουμε το γιαούρτι και προσθέτουμε μια μεγάλη κουταλιά (για το σερβίρισμα σούπας) από το νερό των ζυμαρικών που βράζουν. Ανακατεύουμε ζωηρά με το σύρμα μέχρι να ομογενοποιηθεί καλά το μείγμα.

7) Περιχύνουμε με το μείγμα γιαουρτιού και ανακατεύουμε να δέσει και να χυλώσει με τα υπόλοιπα υλικά σε παχύρρευστη σάλτσα.

8) Όταν βράσουν τα ζυμαρικά, τα μεταφέρουμε κατευθείαν απ' το νερό στο τηγάνι με τη σάλτσα και ανακατεύουμε απαλά.

9) Σερβίρουμε τα ζυμαρικά ζεστά.

#LoveOnly,

Madame Ginger