



## Μακαρονάδα με κεφτεδάκια φακής σε κόκκινη σάλτσα

**Μερίδες:** 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 30 λεπτά

Φυλάσσουμε τη σάλτσα καλυμμένη στο ψυγείο για 3 μέρες και τα κεφτεδάκια (άψητα) για 2 μέρες.

### Υλικά για την κόκκινη σάλτσα:

- 1 ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 2 καρότα, ψιλοκομμένα
- 2 πιπεριές, ψιλοκομμένες
- 3 κ.σ. ηλιόσπορο
- 3 κ.σ. κολοκυθόσπορο
- 400 γρ. ντομάτα στον τρίφτη
- 3 κλωνάρια φρέσκια ρίγανη ή 1 κ.γλ. ξερή ρίγανη
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- ελαιόλαδο

### Υλικά:

**[500 γρ. MISKO Τρικολόρε Τριβελάκι](#)**

- 20 κεφτεδάκια φακής
- διατροφική μαγιά

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1)Γεμίζουμε μια κατσαρόλα με νερό και τη βάζουμε σε ψηλή φωτιά με κλειστό καπάκι. Όταν βράσει το νερό στην κατσαρόλα, το αλατίζουμε καλά (35 γρ. αλάτι για 5 λίτρα νερό) και ρίχνουμε μέσα τα ζυμαρικά **[500 γρ. MISKO Τρικολόρε Τριβελάκι](#)**. Ανακατεύουμε και αφήνουμε να βράσουν σύμφωνα με τον μικρότερο χρόνο που αναγράφεται στη συσκευασία. Μόλις είναι έτοιμα, σουρώνουμε, κρατώντας 200-250ml από το νερό τους. Τα γυρνάμε πίσω στην κατσαρόλα και ραντίζουμε με 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο.

2) Παράλληλα ετοιμάζουμε τη σάλτσα. Σε κατσαρόλα ρίχνουμε 4 κ.σ. ελαιόλαδο κι αφήνουμε να ζεσταθεί. Μόλις ζεσταθεί ρίχνουμε το κρεμμύδι, τα καρότα και τις πιπεριές και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά. Προσθέτουμε τους σπόρους και σοτάρουμε για 2-3 λεπτά. Περιχύνουμε με την ντομάτα, προσθέτουμε το νερό από τα ζυμαρικά, αλατοπιπερώνουμε κι αφήνουμε να μαγειρευτεί για 15 λεπτά.

3) Μόλις είναι έτοιμη η σάλτσα πολτοποιούμε με ραβδομπλέντερ ή μούλιτι. Προσθέτουμε τη φρέσκια ρίγανη κι ανακατεύουμε.

4)) Σερβίρουμε τα ζυμαρικά με τα κεφτεδάκια φακής, τη σάλτσα και διατροφική μαγιά.

BRIEF:

Τριβελάκι Τρικολόρε MISKO

- Τα μακαρόνια είναι MISKO.
- Για μικρά και μεγάλα παιδιά.
- Μια νόστιμη και θρεπτική επιλογή με ντομάτα και σπανάκι.
- Με έντονο και ζωντανό πράσινο και κόκκινο χρώμα από τα λαχανικά
- Υπέροχη γεύση και άψογο μαγειρικό αποτέλεσμα.