# Wegańskie Mac and Cheese

wegeweda

Polecane na: **zapiekanki**

## Warto wiedzieć:

30 min

4 porcje

## Składniki:

- makaron typu penne lub kolanka - 1 opakowanie
- kalafior - 1 szt.
- dynia piżmowa - 200 g
- marchewka - 2 szt.
- cebula w proszku - 1 łyżeczka
- czosnek - 3 ząbek
- wegańska śmietanka - 100 ml
- płatki drożdżowe - 5 łyżka
- słodka wędzona papryka - 1 łyżeczka
- sól i pieprz - do smaku
- natka pietruszki - trochę
- oliwa - trochę

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Wytnij głąb z kalafiora i przekrój warzywo na 4 części. Gotuj, aż kalafior będzie całkowicie miękki.

*KROK 2:* W drugim garnuszku ugotuj obrane marchewki i dynię. Na rozgrzanej oliwie zeszklij pokrojoną w kostkę cebulkę i drobno posiekany czosnek. Dodaj śmietankę. Zamieszaj i zagotuj.

*KROK 3:* W misce lub naczyniu blendera umieść ugotowany kalafior, marchew, dynię, śmietanowy sos, 2 łyżki płatków drożdżowych i przyprawy. Zmiksuj na gładko.

*KROK 4:* W garnku ugotuj al dente makaron. Wymieszaj z sosem. Przełóż do żaroodpornego naczynia, wierzch posyp płatkami drożdżowymi. Zapiekaj około 20 minut w temperaturze 180 stopni. Udekoruj świeżą natką pietruszki. Gotowe.