

Macarrones con Queso Fociles Sin Hornear

Makes: 4 Porciones

Ingredients

- 2 cups** macarrones, integral, sin cocer
- 1 1/2 cups** leche, baja en grasa (1% o menos)
- 2 tablespoons** harina
- 1 pinch** pimienta negra
- 2 cups** queso cheddar, con poca grasa, penetrante, rallado

Directions

1. Siga las instrucciones del paquete para cocinar macarrones.
2. Con un tenedor, mezcle de harina y leche baja en grasa en un tazón pequeño hasta que ya no puede verse la harina y no queden grumos.
3. Mezcle de leche y la harina en una olla sobre fuego medio, revolviendo constantemente, hasta que empiece a burbujear.
4. Continúe cocinando y revolviendo hasta que la salsa se espese, aproximadamente 1 a 2 minutos.
5. Reduzca el calor a baja temperatura y agréguele la pimienta y el queso rallado.
6. Revuelva hasta que el queso se derrita. Retírelo del fuego.
7. Agregue juntos la salsa de queso y los macarrones cocinados hasta que se mezclen.
8. Disfrútelo.