**Macarrones y queso en sartén**

Rinde: 12 porciones (1/2 taza por porción)

Tiempo de preparación: 5 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

***Ingredientes***

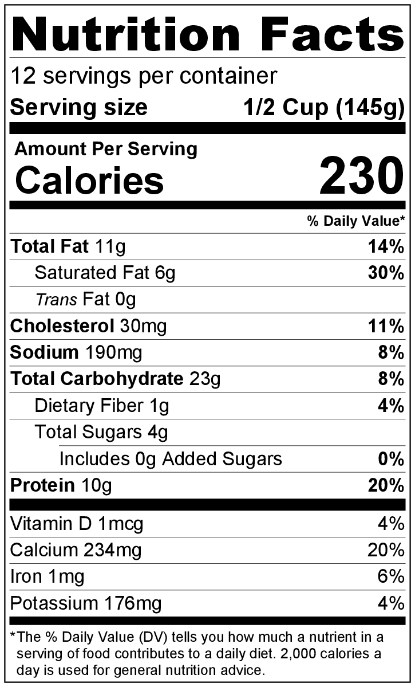
3 cucharadas de mantequilla

½ cebolla grande picada

3 tazas de espinaca fresca picada fina o ¾ taza de espinaca congelada picada (descongelada y escurrida)

2 cucharadas de harina común

3 ½ tazas de leche\*

¾ taza de agua\*

2 ½ tazas de macarrones (codo) sin cocinar

8 onzas de queso cheddar rallado (2 tazas de queso rallado)

***Preparación***

1. Lavar la espinaca (si utiliza espinaca fresca).
2. Reunir, picar, rallar y medir todos los ingredientes antes de comenzar a preparar la receta.
3. Derretir la mantequilla en una sartén grande a fuego medio.
4. Agregar la cebolla y cocinar durante 2 minutos. Agregar la espinaca y cocinar durante 2 minutos o hasta que esté tierna.
5. Agregar la harina y cocinar durante 1 minuto, revolviendo constantemente.
6. Agregar la leche y el agua, revolviendo frecuentemente. Dejar hervir y luego bajar el fuego.
7. Agregar los macarrones sin cocinar. Si el líquido no cubre totalmente los macarrones, agregar agua hasta cubrirlos.
8. Tapar y dejar hervir a fuego lento durante 8 a 9 minutos, revolviendo ocasionalmente. La mezcla se espesará a medida que se cocina a fuego lento.
9. Retirar del fuego cuando los macarrones estén tiernos.
10. Agregar el queso rallado y revolver. Cubrir la sartén y dejar reposar 5 minutos antes de servir.
11. Refrigerar las sobras dentro de las 2 horas. Consumir dentro de los siguientes 3 a 5 días.

***\*A altitudes de 3.000 pies o más:*** Para más de 5.000 pies utilizar 3 tazas de leche y ½ taza de agua en lugar de las cantidades indicadas anteriormente.

***¡Sea creativo!*** Prepare con pasta integral. Sustituya la espinaca por otros vegetales como chícharos o zanahorias.