



### INGREDIENTES:

- 400 gramos de zanahorias
- 400 gramos de calabacines (sin pelar)
- 500 gramos de agua
- **Aliño :**
- 20 gramos de aceite de oliva virgen extra
- 1 cucharadita de zumo de limón
- sal a gusto
- 1 calamar o pescado a la plancha para acompañar (opcional)

### PREPARACIÓN:

1. Utilice un pelador de verduras para cortar las zanahorias longitudinalmente en tiras de unos 0,5 centímetros, igual que los tagliatelle. Proceda del mismo modo con los calabacines o, si es necesario, quíteles las pepitas y córtelos longitudinalmente con el pelador de verduras repartiéndolas bien por todo el recipiente Varoma.

2. Vierta agua en el vaso, ponga el Varoma en su posición y **programe 20 minutos, Varoma, velocidad 1**  
Extraiga el Varoma y póngalo a un lado. Vacíe el vaso.

3. **Aliño :** Vierta en el vaso el aceite de oliva, el zumo de limón y la sal, y **mézclelo todo durante 5 segundos, velocidad 4.**

4. **Se puede acompañar con un calamar o pescado a la plancha**