

媒体新闻稿

2019年10月21日 - 上海

万圣节快到了！

西红柿真的很好吃！！可以和我们喜欢的东西随意搭配：意大利面！汤！炖肉！酱汁！这些食物有了西红柿味道都会更好！

没错！你说的对，我们喜欢西红柿，但我们怎么用西红柿给家人和朋友带来一个万圣节的惊喜呢？

这里是我们的建议，一个简单却完美的当季菜品：一些漂亮的南瓜和香肠，放进一个镂空的小南瓜里！

南瓜香肠丝



时间: 35 分钟

难度: 简单

服务于: 4 人



300 克螺旋意面

2 份香肠

150 克南瓜

80 克切碎的西红柿

20 克特级初榨橄榄油

1 个蒜瓣

欧芹

盐和胡椒调味

RED GOLD FROM EUROPE. THE ART OF PERFECTION, PRESERVED FOR YOUR TABLE.

将去皮的大蒜在平底锅中用少许橄榄油轻轻地煎成褐色，取出，然后加入切成小块的南瓜丁和去皮香肠。炒 5 分钟使其变成棕色，然后加入盐、黑胡椒和切碎的西红柿，再加入少许水煮 20 分钟左右。在大量的盐水中煮螺旋意面，滤水，加入沙司到煎锅中，搅拌意大利面，然后上桌，撒上切碎的欧芹。

上菜准备:

4 个一人份大小的南瓜。

用一把锋利的刀从每个南瓜上切下一个盖子放在一边。把南瓜的内部（种子，果肉和纤维）掏空，留下一个碗状的容器。

将南瓜（及其顶部/盖子）放在烤盘上，并在 375°F 烤箱（或 180°C，或气体标记 6）中烤 10 分钟，或直到它们刚刚被加热并变软。不要让它们变得太软太松，这样它们会塌掉。

把准备好意大利馅料填充进南瓜里面，填满，如果你喜欢的话，把每个南瓜顶的盖子靠在南瓜馅上。

意大利罐装西红柿协会（anicav）将在欧盟（european union）资助的为期三年的教育推广活动中，在中国组织许多活动，致力于推广（和庆祝！）欧洲的番茄文化。

让我们释放我们享受烹饪（和饮食）的创造力吧！就用来自欧洲的红金色西红柿！

来自欧洲的红金团队祝您万圣节快乐！

享受吧！来自欧洲！

来自欧洲的红金

Jenny Chen

电子邮箱：ms@redgoldfromeurope.cn

REDGOLDFROMEUROPE.CN



CAMPAIGN FINANCED
WITH AID FROM
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE HIGH-QUALITY
AGRICULTURAL PRODUCTS.



RED GOLD FROM EUROPE. THE ART OF PERFECTION, PRESERVED FOR YOUR TABLE.

在 www.redgoldfromeurope.cn 上了解更多信息，或访问我们的微博、微信公众号和优酷！

微博: [点击](#)

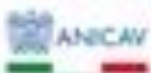
微信公众号: [点击](#)

优酷: [点击](#)

如果您未来不想收到来自欧洲的红金的讯息，请发送邮件至 ms@redgoldfromeurope.cn 告知我们。

本促销活动内容仅代表作者个人观点，并由作者全权负责。欧盟委员会对其所含信息的使用不承担任何责任。

REDGOLDFROMEUROPE.CN



CAMPAIGN FINANCED
WITH AID FROM
THE EUROPEAN UNION

EUROPEAN UNION



THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE HIGH-QUALITY
AGRICULTURAL PRODUCTS.

