

PRIMI PIATTI

Gnocchi di patate su zuppetta di asparagi e vongole

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La prima impressione che suscita questa ricetta è l'idea di leggerezza e delicatezza grazie alla presenza delle vongole e degli asparagi....ma attenzione! Questo primo piatto non si può proprio collocare tra i più dietetici, gli gnocchi e la panna intervengono pesantemente nell'innalzamento delle calorie.

INGREDIENTI

GNOCCHI DI PATATE 480 gr

ASPARAGI 200 gr

VONGOLE VERACI (medie) - 500 gr

PANNA (da cucina) - 150 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

SPICCHIO DI AGLIO 1

VINO BIANCO SECCO ½ bicchieri

PREPARAZIONE

1 Prendete gli asparagi e rimuovete la parte del gambo che risulta più coriacea, quindi tagliateli a rondelline lasciando le punte intere.

Fate soffriggere, in una padella, l'aglio intero (che rimuoverete successivamente) con un cucchiaino d'olio.

Aggiungete gli asparagi tagliati a rondelle e fateli stufare a fuoco dolce, aggiungendo dell'acqua o del brodo vegetale se necessario.



2 A cottura ultimata, togliete le rondelle di asparagi e cuocete, nella stessa padella, le punte per non più di 2-3 minuti.

Prendete un'altra padella e fatevi soffriggere l'aglio in poco olio, quindi aggiungeteci le vongole.



- 3 Fate cuocere a fiamma allegra per un paio di minuti, quindi sfumate con un bicchiere di vino.



- 4 Nel giro di pochi minuti le vongole si apriranno e, quando saranno completamente aperte, toglietele dal fuoco e filtrate il sugo di cottura. Frullate, a questo punto, le rondelle di asparagi con la panna ed il liquido di cottura delle vongole ben filtrata.



5 Attenzione a dosare correttamente il sugo di cottura, il risultato dovrà infatti essere cremoso.

Lessate gli gnocchi, scolateli e saltateli nella padella con le vongole, aggiungendo qualche cucchiaio di liquido di cottura delle stesse.



6 Servite gli gnocchi su un fondo di crema di asparagi e decorando con le punte messe da parte.

Aromatizzate con del pepe fresco appena prima di servire in tavola.