

PRIMI PIATTI

I troccoli di pasta fresca con vongole veraci e asparagi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

300 g troccoli
280 g cipolle rosse
280 g vongole veraci
200 g asparagi
100 g pomodori ciliegino
80 g olio extra vergine d'oliva
1 spicchio d'aglio in camicia
prezzemolo
vino bianco
sale
pepe di mulinello

PREPARAZIONE

1 In una padella fate rosolare uno spicchio d'aglio con l'olio e le cipolle precedentemente

tagliate e julienne.

Versate le vongole, depurate in acqua, e sfumate il tutto con il vino bianco.

Lavate e tagliate gli asparagi, i pomodorini ed aggiungeteli al fondo di vongole.

Mettete il coperchio e fate cuocere per alcuni minuti.

Preparate i troccoli in abbondante acqua, scolateli e fateli saltare in padella aggiungendo prezzemolo fresco e pepe.

Servite subito in tavola.