

PRIMI PIATTI

## Orecchiette al cavolfiore

LUOGO: Europa / Italia

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

- 400 g orecchiette
- 1 cavolfiore
- 5 pomodorini pachino
- olio di oliva
- peperoncino
- prezzemolo
- alici diliscate
- pangrattato
- aglio
- 1/2 carota

### PREPARAZIONE

- 1 Lessate in abbondante acqua salata il cavolfiore a pezzi, nella stessa acqua cuocete la pasta.

A parte in un tegame soffriggete 2 spicchi d'aglio con la carota tritata, aggiungete i pomodorini a tocchetti e cuocete per circa 10 minuti.

Aggiustate di sale, unite il peperoncino, le alici spezzettate e il cavolfiore, avendo cura di schiacciarlo con una forchetta.

Dopo 5/6 minuti versate nel tegame la pasta al dente e spadellate per qualche minuto.

Spolverate di prezzemolo tritato e di pangrattato precedentemente tostato.