

PRIMI PIATTI

Pappardelle con carciofi asparagi e piselli

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Le pappardelle con carciofi asparagi e piselli rappresenta un primo piatto ricco ma allo stesso tempo equilibrato. La ricchezza della pasta all'uovo viene alleggerita da un condimento a base di ortaggi.

INGREDIENTI

PAPPARDELLE 400 gr
CARCIOFI 2
ASPARAGI 1 mazzo
PISELLI 150 gr
SPICCHIO DI AGLIO 1
BRODO VEGETALE 4 mestoli
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1
PEPERONCINO VERDE 1
PARMIGIANO REGGIANO 80 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Prendete i carciofi, eliminate le foglie esterne più legnose, tagliate il gambo e la punta e metteteli a scottare per circa 2 minuti nel brodo vegetale preparato in precedenza (preparato con il dado o con verdure fresche).



- 2 Nel frattempo, prendete gli asparagi, tagliate la parte finale più legnosa e unitela al brodo per insaporirlo ulteriormente.

Mettete da parte le punte degli asparagi e tagliate la parte restante del gambo a rondelle.

Mettete a cuocere il gambo a rondelle in padella con un generoso giro d'olio extravergine d'oliva, i peperoncini ed uno spicchio d'aglio intero.



3 A questo punto aggiungete i piselli alla padella con gli asparagi con un po' di brodo

vegetale.



- 4 Affettate i carciofi precedentemente scottati il più finemente possibile ed uniteli alla padella facendo cuocere il tutto per altri 5-6 minuti, aggiungendo se necessario altro brodo.



- 5 Aggiungete Infine anche le punte di asparagi dopo aver rimosso i peperoncini e l'aglio dalla padella.



6 Ora, mettete una pentola colma di acqua sul fuoco e portate ad ebollizione.

Quando l'acqua bolle, salate e fate cuocere le pappardelle per il tempo necessario.

Se le pappardelle sono fresche aggiungete un goccio di olio nell'acqua di cottura; questo permetterà alla pasta di non attaccarsi.



7 Scolate la pasta, aggiungetela alle verdure, amalgamate e aggiungete un mestolo dell'acqua di cottura.



- 8 Infine, spolverate con il parmigiano e servite aggiungendo un filo di olio a crudo e del pepe macinato fresco.



