

PRIMI PIATTI

Pasta, cavoli e olive nere

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** COSTO: **basso** REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

240 g di tortiglioni o altra pasta corta
1 mazzo di cavoli
10 olive nere snocciolate
1 spicchio d'aglio
parmigiano grattugiato
1/2 tazza di passata di pomodoro
olio extra vergine di oliva
pepe nero di mulinello
sale.

PREPARAZIONE



- 2 Eliminare le foglie esterne più dure e pulire il cavolo mantenendo solo la parte più tenera del cuore e le foglie più interne. Fare a cubetti il cuore e tagliare le foglie.





- 3 Mettere a bollire in abbondante acqua salata prima il cuore a pezzetti per 10 minuti poi le foglie finché i cubetti di cavolo non siano morbidi ma consistenti. Conservare l'acqua di cottura.



- 4 Scolare il cavolo e preparare il soffritto con olio e aglio, fare andare a fiamma media in modo che l'aglio rilasci il suo profumo e quando comincia ad imbiondire calarci la verdura. Fare insaporire per qualche minuto.



5 Aggiungere la passata e le olive snocciolate, se occorresse aggiungere un mestolino d'acqua di cottura.

Aggiustare di sale e pepe, cuocere per qualche minuto e spolverare abbondantemente di parmigiano.



6 Cuocere la pasta nell'acqua di cottura della verdura, scolare al dente, spadellare e condire impiattando ben caldo.



Dosi per 3 persone.

NOTE