

PRIMI PIATTI

Trenette al pesto

LUOGO: Europa / Italia / Liguria

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



INGREDIENTI

500 g di trenette (possibilmente

"avvantaggiate"

ovvero integrali)

1 patata tagliata a dadolini

100 g di fagiolini tagliati a pezzettini.

PER IL PESTO

45 foglie di basilico ligure

2 spicchi d'aglio

un pizzico di sale grosso

un cucchiaio e mezzo di parmigiano

reggiano grattugiato

un cucchiaio e mezzo di pecorino

grattugiato

una manciata di pinoli freschi

olio extra vergine di oliva.

PREPARAZIONE

- 1 Per il pesto, ponete il basilico, l'aglio e i pinoli nel mortaio di marmo con il sale grosso e cominciate a pestare con il pestello, aggiungendo poco olio. Unite poi i pinoli, continuando a pestare ed emulsionando con l'olio di oliva, quindi aggiungete il formaggio. La consistenza dovrà essere quella di una pomata e la quantità di olio dipenderà dal grado di assorbimento del composto.
A questo punto fate bollire abbondante acqua salata, gettatevi i fagiolini e le patate, quindi le trenette. Scolatele al dente, tenendo da parte l'acqua di cottura e conditele con il pesto aggiungendo, se necessario, un pò d'acqua di cottura.