

PRIMI PIATTI

Conchiglie con cime di rapa



INGREDIENTI

CIME DI RAPA 600 gr

PASTA CORTA Conchiglie - 400 gr

AGLIO 2 spicchi

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

Le conchiglie con cime di rapa sono un primo piatto legato alla tradizione pugliese molto semplice da realizzare e decisamente tanto gustoso.

Questi ortaggi speciali infatti nascono e crescono in questa terra meravigliosa ma per la loro bontà oramai si trovano in tutto lo stivale. L'abbinamento con la pasta è un grande classico di cui davvero non ci si stanca mai. In genere si usano le orecchiette ma il nostro condimento è talmente versatile che può accompagnare qualunque formato.

Questo primo piatto semplice e buonissimo conquisterà anche i palati più esigenti!

Se amate poi la pasta ecco altre ricette di primi piatti con le verdure:

[pasta al forno con le melanzane](#)

[pasta peperoni e olive](#)

[pasta ai cavolfiori colorati](#)

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare la pasta con cime di rapa, tagliate le parti più dure dei gambi, dalle cime di rapa e rimuovete le foglie più tenaci.

Prendete le cimette e selezionate le foglie più tenere, lavatele bene sotto l'acqua corrente in maniera tale da rimuovere tutte le impurità e mettetele in ammollo in una scodella.





2 Tagliate finemente gli spicchi d'aglio e spezzettate il peperoncino.







- 3 Versate un giro d'olio extravergine d'oliva, in una padella. Aggiungete nella padella gli spicchi d'aglio tritati e il peperoncino spezzettato e lasciate profumare l'olio.

Appena l'olio inizia a sfrigolare, unite nella padella le cime di rapa. Mescolate il tutto, coprite, regolate con un pizzico di sale le cime di rapa e lasciate cuocere per circa 15 minuti a fuoco basso.







- 4 Portate a bollore l'acqua in una capace pentola. Appena l'acqua spicca il bollore, salatela adeguatamente e mettete a cuocere la pasta, portate a cottura al dente.



- 5 Una volta che la pasta avrà raggiunto il grado di cottura desiderato, scolatela direttamente nella padella, con il condimento.

Saltate il tutto per qualche istante, lasciate amalgamare e insaporire bene e servite.





6 Buon appetito!!!

