

PRIMI PIATTI

Fusilli mari e monti

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

250 g carote
riso
tonno in scatola
50 g noci sgusciate
1 fetta di pecorino
salsa di soia
erba cipollina
limone
olio
prezzemolo

PREPARAZIONE

1 Fate un battuto con cipolla fresca, qualche spicchio di aglio, sale e pepe.

Mettete a soffriggere per un minuto circa con olio, aggiungete un po' di acqua ed una

busta di funghi champignon.

Fate cuocere e girate per 5-6 minuti, fino a quando i funghi non saranno cotti.

Cuocete la pasta e quando sarà pronta fatela saltare in padella con i funghi in una padella, aggiungete il tonno al naturale, un pizzico di erba cipollina ed un pizzico di limone.