

PRIMI PIATTI

Penne di riso, zucchine e pomodorini light

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Penne di riso zucchine e pomodorini light

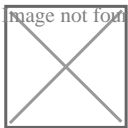
INGREDIENTI

PENNE DI RISO 300 gr
ZUCCHINE 4
POMODORINI 400 gr
SPICCHIO DI AGLIO 2
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

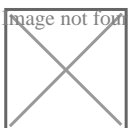
- 1 Tagliare la zuccina rondelle e, ogni rondella in quarti.
Sbollentare i pomodorini e spellarli.
Mettere il cucchiaino d'olio in una padella antiaderente assieme alla cipolla tagliata fine e far rosolare per qualche minuto a fuoco dolce.

Image not found or type unknown



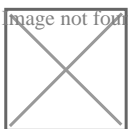
2 Unire le zucchine e lo spicchio d'aglio,aggiustare di sale,unire il peperoncino sbriciolato con le mani.

Image not found or type unknown



A metà cottura aggiungere il prezzemolo tritato e solo qualche minuto prima della fine della cottura i pomodorini tagliati a pezzi.

Image not found or type unknown







3 Cuocere la pasta, scolarla e mantecarla al sugo per qualche minuto a fuoco dolce.

Image not found or type unknown

