

Linguine con zucchine e melanzane



Ogni giorno le verdure di stagione sono le protagoniste dei nostri piatti, colorate, profumate, saporite perfette per mille ricette.

Oggi vi proponiamo un primo piatto, delle linguine con zucchine e melanzane, arricchite con pomodorini e fiori di zucca. Veloci e semplici da preparare, sane e gustose.

Ingredienti per 2 persone

250 g di pasta (linguine)

2 melanzane

4 zucchine con il fiore

6 pomodorini

basilico

olio

sale

Per prima cosa lavare le verdure, eliminare dalle zucchine e dalle melanzane le due estremità e tagliarle a dadini piccoli.

Pulire i fiori di zucca, eliminando il picciolo interno e lavarli accuratamente.

Lavare i pomodorini e tagliarli a spicchi.

In una padella capiente saltare le zucchine e le melanzane a fuoco vivace per qualche minuto, girandole per non farle bruciare.



Salare e aggiungere un filo d'olio, abbassare la fiamma e continuare la cottura per circa 15 minuti. Se necessario aggiungere un filo d'acqua.

Quando le verdure sono quasi pronte, aggiungere i fiori di zucca, i pomodorini e il basilico. Cuocere ancora per qualche minuto e a fine cottura aggiungere un altro po' di olio.



Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua e cuocere la pasta. Scolarla al dente e saltarla nella padella con il condimento in modo che si insaporisca. Un filo di olio a crudo e il pranzo è pronto.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)