

Mezze maniche broccoli e zucchini



Mezze maniche broccoli e zucchini, un'altra idea per il vostro pranzo al lavoro!

Ingredienti per 2 persone

200 g di mezze maniche

1 cespo di broccoli

1 zuccina

1 cucchiaio di panna

olio evo

sale e pepe

Tagliate i broccoli. Portate a bollire un tegame di acqua, salatela e buttate i broccoli per circa 3/4 minuti. Dopodiché scolateli e metteteli da parte.



Mettete a cuocere la pasta (mezze maniche) nella stessa acqua di cottura dei broccoli.

Nel frattempo tagliate a dadini piuttosto piccoli una zucchina e mettetela a cuocere in una padella con un filo d'olio evo.



Tagliate grossolanamente i broccoli e aggiungeteli alla zucchina in padella per un paio di minuti. Scolate la pasta e saltatela in padella.



Aggiungete qualche cucchiaio di acqua di cottura per rendere più cremoso il condimento e mantecare bene la pasta. Aggiungete un cucchiaio di panna e le mezze maniche broccoli e zucchine sono pronte!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in Pranzo al lavoro](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)