

Pasta zucca e ceci



L'autunno ci regala questo fantastico ortaggio dal sapore delicato, un pò dolciastro, dal colore caldo e avvolgente adatto per mille ricette, dai primi, ai contorni, zuppe e perfino dolci,

In questa versione è accompagnata con i ceci, e devo dire che l'abbinamento non è niente male, il risultato è un piatto completo, ricco e saporito.

Ingredienti per 2 persone

200 g di zucca (pulita)

1/4 porro

100 g di ceci

200 g di pasta

olio evo, sale qb

salvia, peperoncino

Per prima cosa preparare i ceci, metterli a bagno la sera prima e lessarli in pentola a pressione per circa 40/45 minuti. Per un'alternativa dell'ultimo momento utilizzare i ceci in scatola.

Pulire la zucca, rimuovendo la scorza esterna, lavare e tagliare a dadini. Tagliare il porro in piccole striscioline, scaldarlo in una padella con un pò d'olio e un pochino di acqua. Non appena inizia a dorarsi

aggiungere la zucca, sale, salvia e un pò di peperoncino che va a contrastare il dolciastro della zucca. Cuocere per circa 15 minuti, fino a che la polpa diventa morbida. La zucca è già ricca di acqua, valutare se durante la cottura è necessario aggiungerne ancora un pò.

Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua, cuocere la pasta, scolarla al dente e trasferirla nella padella con la zucca, aggiungere i ceci e far saltare per qualche minuto.

Un filo di olio a crudo e il piatto è pronto!

Idea: la pasta zucca e ceci è buona anche per il pranzo a lavoro, l'unico consiglio è quello di scolare la pasta più al dente.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)