

Pasta ai cipollotti

La **pasta ai cipollotti** è un primo piatto molto semplice, economico e leggero. Si prepara inoltre velocemente ed è un'ottima ricetta per riciclare i fondi del pecorino, più o meno stagionato.

I cipollotti ormai si trovano tutto l'anno, ma io vi consiglio di preparare la **pasta ai cipollotti** in primavera, quando si trovano i cipollotti migliori, particolarmente aromatici e a buon mercato. Se i cipollotti che trovate sono molto grossi e globosi dimezzarne la dose rispetto a quanto indicato in ricetta.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **430Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 4 cipollotti lunghi e sottili
- 30 g di pecorino sardo
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 50 ml di acqua o brodo vegetale
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di pasta

PREPARAZIONE

- Pulire i cipollotti eliminando le radichette e sciacquarli bene sotto acqua corrente. Togliere lo strato esterno più coriaceo e affettarli nello spessore di 2-3 millimetri circa.
- Preparare il Pecorino a scaglie.
- Mettere i cipollotti in una padella con l'olio e accendere il fuoco. Farli cuocere per un paio di minuti a fiamma vivace, aggiungere il brodo vegetale, un pizzico di sale, una macinata di pepe, coprire e cuocere per una decina di minuti a fiamma dolce, mescolando di tanto in tanto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella dei cipollotti, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, unendo metà del pecorino. Girare per amalgamare accuratamente.
- Servire decorando con il Pecorino rimasto e con una generosa macinata di pepe.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

gramigna, maccheroncini, conchigliette.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



VARIANTE VEGAN

E' sufficiente omettere il Pecorino, che può essere sostituito con pangrattato tostato.