

# Pasta al sugo di piselli

La **pasta al sugo di piselli** è un primo piatto semplice e leggero, preparato con i piselli, lo scalogno e il sugo di pomodoro. Il sugo è morbido e permette di condire ottimamente la pasta lunga. E' perfetta con Parmigiano Reggiano grattugiato al momento.

I piselli freschi si trovano solo in primavera e sono particolarmente deliziosi. Per preparare la **pasta al sugo di piselli** tutto l'anno si possono usare quelli surgelati, anch'essi molto buoni. La dose è la stessa del prodotto fresco sgranato.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**



## INGREDIENTI

- 80 g di piselli (peso netto sgranato)
- 200 ml di Brodo vegetale
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 scalogno
- 300 g di passata di pomodoro
- Sale
- Zucchero
- 160 g di pasta

## PREPARAZIONE

- Sgranare i piselli.
- Scaldare il brodo.
- In una padella mettere l'olio e lo scalogno tritato molto finemente. Portarla sul fuoco e lasciarlo soffriggere a fiamma vivace fintanto che non si sarà dorato.
- Unire un paio di cucchiaini di brodo e cuocere per 3-4 minuti a fiamma media.
- Trascorso il tempo di cottura dello scalogno alzare la fiamma e aggiungere i piselli, far cuocere un paio di minuti a fiamma vivace mescolando, quindi aggiungere un mestolo di brodo caldo.
- Far cuocere a fuoco medio con coperchio per 10 minuti, aggiungendo brodo se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo.
- Aggiungere la passata di pomodoro, un pizzico abbondante di sale, una punta di zucchero.
- Far cuocere per 15 minuti a fiamma bassa.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del sugo, quindi accendere il fuoco.
- Mescolare bene la pasta scolata nella padella del condimento per qualche minuto.
- Servire immediatamente.

## PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Reginette, tagliolini

## STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

## AUTORE

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

### I consigli di Barbara

Questa pasta è ottima anche **al forno**. Disporla in una pirofila ben unta d'olio, cospargerla con Parmigiano grattugiato e gratinarla. In questo modo è possibile anche conservarla per un giorno in frigorifero, gratinandola solo poco prima di mangiarla. Ottima, se avanza, anche il giorno dopo, scaldata nel forno a 200°C per una decina di minuti. Se tende a scurirsi troppo coprirla con la carta stagnola.

La versione pronta per essere gratinata può anche essere **congelata**. Si conserva così per 3 mesi circa. Al momento di consumarla metterla nel frigorifero la sera prima e scaldarla al momento di mangiarla nel forno come descritto in precedenza.