

Pasta zucchine e zafferano

La **pasta zucchine e zafferano** è un primo piatto tipico della primavera e dell'estate, quando le zucchine sono al massimo del loro sapore. E' una ricetta ricca e saporita, grazie all'aggiunta di panna e dello zafferano.

Per la preparazione della **pasta zucchine e zafferano** scegliere zucchine molto fresche, di forma lunga e affusolata, piuttosto piccole. In questo modo le fette rimarranno compatte.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **460Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**

INGREDIENTI

- 200 g di zucchine lunghe e sottili
- 1 cipollotto
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- 50 ml di Brodo vegetale
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 1 bustina di zafferano
- 40 ml di panna fresca
- 160 g di pasta tipo linguine
- 20 g di Parmigiano Reggiano a scaglie

PREPARAZIONE

- Lavare le zucchine, scartare le estremità e affettarle nello spessore di 4 millimetri circa.
- Pulire i cipollotti eliminando le radichette e lo strato più esterno, quindi tritarli molto finemente.
- Mettere in una padella l'olio e i cipollotti. Portarla sul fuoco e farli dorare a fiamma media, quindi unire un paio di cucchiari di brodo e proseguire la cottura per un 2 minuti.
- Unire le zucchine, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocere per 2-3 minuti a fiamma vivace, mescolando spesso.
- Stemperare lo zafferano nel restante brodo, quindi unirlo alle zucchine. Mescolare e far cuocere per 2-3 minuti.
- Aggiungere la panna, mescolare e proseguire la cottura per 5 minuti a fiamma media, coperto.
- Trascorso il tempo indicato assaggiare le zucchine che dovranno essere cotte, ma ancora compatte. Regolare di sale e spegnere. Tenere coperto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Mescolare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente decorando con il Parmigiano a scaglie.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Linguine

STAGIONE

Maggio, giugno, luglio, agosto

AUTORE

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



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizzare un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.