

Ricettario dell'asilo nido Biopappamondo



Pasta alla crema di zucchine e porri

ingredienti per una famiglia di 4 persone.....

..... 300g pasta di semola - 1/2 cipolla - 1 porro - 2 zucchine medie -

..... 20g parmigiano - 20g olio extra v. - una manciata di prezzemolo

preparazione.....

..... Tritare la cipolla, il porro e le zucchine, mettere in una pentola coprendo

..... le verdure con del brodo vegetale oppure acqua (in questo caso aggiungere un

..... pizzico di sale). Cuocere il tutto per 10 minuti a fuoco basso con coperchio -

..... Al termine della cottura passare le verdure al passaverdura o frullarle con il

..... mixer ad immersione - Condire il composto preparato con l'olio, il prezzemolo e

..... il parmigiano, eventualmente aggiustare di sale se necessario -

..... Cucinare la pasta e condirla con la crema -

un'idea in più

..... Mettere su una teglia coperta da carta forno delle fettine sottili di

..... prosciutto crudo e passarle in forno sotto il grill finché non diventano croccanti

..... e poi spricciarle sopra la pasta -