

## Pennette con Crema di Asparagi, Caprino e Mandorle

Piatto semplice da preparare, nel caso usate asparagi gelo, consigli di mettere anche le punte nella crema. Se non amate le pennette un'altra pasta ottima per la salsa può essere una linguina o un tonnarello di pasta all'uovo fresca. Anche per il caprino, se non piace ottima alternativa è una ricotta fresca.

VEGETARIANO



4  
Porzioni



20 min.  
Preparazione



15 min.  
Cottura

### Ingredienti

320 GR	PENNETTE
3	CAPRINO
200 GR	ASPARAGI
40 GR	MANDORLE A FILETTI TOSTATE
Q.B.	SALE, OLIO EXTRA VERGINE

### Procedimento

1

PRENDI GLI ASPARAGI, PELA IL GAMBO E TOGLI LA PARTE DURA. TAGLIA IL RESTO A PEZZETTONI, TENENDO QUALCHE PUNTA INTERA PER LA DECORAZIONE FINALE. METTI UNA PENTOLA CON L'ACQUA A BOLLIRE PER LA PASTA.

2

IN UN PENTOLINO CALDO VERSA UN FILO DI OLIO, GLI ASPARAGI TENENDO LE PUNTE DA PARTE E FAI ROSOLARE QUALCHE SECONDO, SALA E COPRI CON ACQUA E LASCA CUOCERE 7 MINUTI.

3

METTI LE PENNETTE IN ACQUA APPENA BOLLE E LASCIA CUOCERE. PRENDI I CAPRINI E TAGLIALI OGNUNO IN 4 PEZZI. PRENDI GLI ASPARAGI VERSA TUTTO NEL MIXER, AGGIUNGI 2 CUCCHIAI DI OLIO E FRULLA.

4

QUANDO MANCANO TRE MINUTI ALLA COTTURA DELLA PASTA, AGGIUNGI LE PUNTE DI ASPARAGI. METTI LA CREMA DI ASPARAGI IN UNA PADELLA.

5

QUANDO LE PENNETTE SONO PRONTE, VERSA TUTTO IN PADELLA, SALTA A FUOCO ALTO AGGIUNGENDO UN FILO D'OLIO E ACQUA DI COTTURA, AMALGAMA TUTTO BENE, METTI NEI PIATTI, DISPONI SU OGNI PIATTO 3 PEZZI DI CAPRINO LE MANDORLE TOSTATE E SERVI.

### Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
454	17,50 gr	64,04 gr	13,66 gr