



Sedanini, Crema di Peperoni, Zucchine, Olive e Menta

Primo piatto che richiede un po di pazienza per impiattarlo, ma in assenza di stampo si può benissimo fare senza, l'effetto è più che altro scenografico. Un trucco per far sì che i sedanini restino insieme, sarebbe di munirsi di almeno 2 stampi tanto da far in modo che mentre si riempie il secondo stampo la pasta si assesti nello stampo e vi resterà più facilmente unita. Da preferire peperoni rossi e gialli per la crema, per un tocco in più puoi aggiungere dei pinoli.

VEGETARIANO

Senza **LATTOSIO**



4
Porzioni



18 min.
Preparazione



15 min.
Cottura

Ingredienti

280 GR	SEDANINI
3	PEPERONI
120 GR	OLIVE
2	ZUCCHINE
15 FOGLIE	MENTA
Q.B.	SALE, OLIO EXTRA VERGINE

Procedimento

1

LAVA LE ZUCCHINE LA MENTA E I PEPERONI, PRENDI QUEST'ULTIMI, TOGLI IL GAMBO E TAGLIALI GROSSOLANAMENTE. PRENDI UNA PADELLA CON UN FILO D'OLIO E LASCIALI CUOCERE A FUOCO MEDIO PER 15 MINUTI

2

NEL FRATTEMPO METTI L'ACQUA A BOLLIRE PER LA PASTA, PRENDI LE ZUCCHINE TAGLIALE A META' PER LUNGO E POI A MEZZA LUNA. METTI UN FILO D'OLIO NELLA PADELLA CHE POI SALTERAI LA PASTA E FAI CUOCERE LE ZUCCHINE, METTI LA PASTA A BOLLIRE.

3

PREPARATI LE FOGLIE DI MENTA, LASCIANE QUALCUNA PER DECORAZIONE E IL RESTA TAGLIALE A STRISCIOLINE. QUANDO MANCANO 5 MINUTI ALLA COTTURA DELLA PASTA, PRENDI I PEPERONI E FRULLALI CON UN MIXER O NEL FRULLATORE, SE RISULTANO DIFFICILI DA FRULLARE AGGIUNGI UN PO' DI ACQUA DI COTTURA DELLA PASTA.

4

SCOLA LA PASTA E SALTALA AGGIUNGENDO UN FILO D'OLIO E UN PO' DI ACQUA DI COTTURA INSIEME ALLE ZUCCHINE E AGGIUNGI LA MENTA TAGLIATA E OLIVE. DISPONI LA CREMA DI PEPERONI AL CENTRO DEL PIATTO. CON L'AIUTO DI UNO STAMPO ROTONDO E CON UN PO DI PAZIENZA, METTI I SEDANINI NEL PIATTO.

5

UNA VOLTA TERMINATO CON I SEDANINI METTI LA SALSA SUI PIATTI LE FOGLIOLINE DI MENTA INTERE PER DECORARE E SERVIIII!

Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
454	11,25 gr	60,33 gr	19,82 gr