



Casarecce con Crema di Broccoli e Pancetta

Primo piatto **facile** da preparare, quando si frullano i **broccoli** se risultano un po' asciutti si può aggiungere dell'acqua di cottura, la **crema** di broccoli se si usa una **pasta lunga** si può mettere anche nella pasta quando si **amalgama** il tutto alla fine prima di mettere nei **piatti**.

Senza **LATTOSIO**



4
Porzioni



15 min.
Preparazione



20 min.
Cottura

Ingredienti

320 GR	CASARECCE
200 GR	BROCCOLI
160 GR	PANCETTA A CUBETTI
Q.B.	CURCUMA

Procedimento

1

METTI UNA PENTOLA CON ACQUA A BOLLIRE, LAVA I BROCCOLI E TAGLIALI A PEZZI, APPENA L'ACQUA BOLLE FAI CUOCERE I BROCCOLI PER 8 MINUTI

2

COTTI I BROCCOLI TIRALI SU E METTILI IN UN RECIPIENTE DOVE POTRAI FRULLARLI, INTANTO BUTTA LA PASTA A CUOCERE NELLA STESSA ACQUA DEI BROCCOLI.

3

FRULLA I BROCCOLI CON UN FILO D'OLIO E TIENI DA PARTE, IN UN'ALTRA PADELLA METTI A ROSOLARE LA PANCETTA, QUANDO LA PASTA È COTTA SCOLALA NELLA PADELLA CON LA PANCETTA E AMALGAMA BENE

4

METTI LA CREMA DI BROCCOLI A CERCHIO PER PRIMA COSA SUI PIATTI E POI AL CENTRO LA PASTA SALTATA CON LA PANCETTA, UN FILO D'OLIO E SERVI.

Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
452	18,45 gr	60,12 gr	15,19 gr