

PRIMI PIATTI

Trofie placide

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

30 min

CALORIE

690 kcal

■ Ingredienti per 4 persone

Pasta tipo trofie	400 g
Zucchine	2
Fagiolini	200 g
Gherigli di noci spellati	80 g
Pancarré	2 fette
Panna	2 cucchiai
Formaggio pecorino stagionato	80 g
Latte	1/2 tazza
Aglione	1 spicchio
Olio d'oliva extra-vergine	3 cucchiai
Maggiorana tritata	1 cucchiaio
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Raschiate la pelle delle zucchine e spuntatele. Pulite i fagiolini ed eliminate le estremità. Tagliate le verdure a tocchetti e fatele appassire per 15 minuti nell'olio con la maggiorana, alla fine salate e pepate.
- 2 Tagliate la crosta al pancarré e mettetelo a bagno nel latte per 10 minuti. Poi strizzatelo. Tritate l'aglio assieme ai gherigli di noci e mettete il trito ad amalgamare con la panna su fuoco dolce.
- 3 Fuori dal fuoco incorporate il pane ammorbidito, sale e pepe. Lessate le trofie per 15 minuti in acqua salata; prima di scolare prelevate un cucchiaio dell'acqua di cottura e aggiungetela al sugo di noci.
- 4 Condite le trofie con la salsa di noci e il sugo di verdure, versatevi sopra il pecorino grattugiato e servite.