

PRIMI PIATTI

Maccheroni e broccoli

Tradizione: Roccasecca (FR), Provincia di Frosinone, Lazio

DOSI

4 persone

■ Ingredienti per 4 persone

Pasta tipo maccheroni	500 g
Broccoletti	500 g
Olio d'oliva extra-vergine	
Aglione	
Peperoncino	
Formaggio parmigiano grattugiato	abbondante

■ Preparazione

- 1 Si suole lasciar soffriggere alcuni spicchi d'aglio (in quantità variabile a seconda del gusto e della resistenza di ciascuno nel dopopasto) nell'olio d'oliva in una larga padella; indi si aggiunge un grosso peperoncino fin quando imbiondisca; soltanto allora si uniscano freschissimi broccoletti, si condisca con sale a piacere, si versi mezzo bicchiere d'acqua e alfin si copra con un coperchio in alluminio e si tenga a fuoco moderato.
- 2 I broccoletti andranno momentaneamente tolti prima che siano completamente cotti e si aggiungerà un bicchiere d'acqua calda della pasta nella padella.
- 3 Quando i maccheroni saranno cotti al dente, saranno calati nella padella insieme ai broccoletti e si mescolerà frequentemente per pochi minuti. Il piatto va servito caldo, spruzzato con parmigiano in abbondanza.
- 4 Esiste in realtà una variante che prevede una aggiunta di vino bianco, oltre all'acqua, nella cottura dei broccoletti.
- 5 Il tipo di pasta, come in tutti i piatti poveri può variare a seconda dei gusti e della disponibilità (spaghetti, bucatini, linguine, etc.).