



Penne con ricotta, pomodorini e zucchine

30 min



Procedimento:



➊ Lavare le verdure e le foglie di basilico.

➋ Tagliare le zucchine a strisciole sottili e i pomodorini a metà o in quattro.

➌ Affettare sottilmente la cipolla.

➍ Portare ad ebollizione una pentola d'acqua, salare e cuocere le penne.

➎ Nel frattempo, fare scaldare un cucchiaio di olio d'oliva in una padella antiaderente e fare rosolare la cipolla. Aggiungere le zucchine e cuocere per qualche minuto. Aggiungere in seguito i pomodorini.

➏ Salare, pepare e continuare la cottura per altri 5 minuti circa a fuoco medio-basso.



➐ Sbattere la ricotta fresca con una forchetta in modo da renderla cremosa.

➑ Scolare la pasta e aggiungere le zucchine, i pomodorini e la ricotta. Mescolare bene.



➒ Prima di servire, aggiungere qualche foglia di basilico.

Ingredienti:

- 250-300 g di penne
- 3 manciate di pomodorini
- 2 zucchine
- 250 g di ricotta fresca
- ½ cipolla
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- 4-8 foglie di basilico fresco
- sale e pepe

x 4 persone



PRIMAVERA

= tempo di preparazione

= per risparmiare tempo

= fattibile da bambini 4+

= alternativa vegetariana

Il colore del triangolino permette di sapere a quale gruppo alimentare appartiene la preparazione

= frutta e verdura

= carne, pesce, uova, leguminose



alcune preparazioni fanno parte di più gruppi alimentari (il triangolino viene indicato solo quando si raggiunge almeno una porzione di quel determinato gruppo alimentare)

= farinacei

= latte e latticini