

Pasta broccoli e salsiccia

La **pasta broccoli e salsiccia** è un primo piatto ricco e saporito, un accostamento di sapori molto collaudato nella cucina italiana, in cui la salsiccia fa risaltare il sapore pungente dei broccoli. La preparazione di questa ricetta è veloce e molto semplice e permette di portare in tavola un piatto tipico del periodo autunnale e invernale adatto anche alle giornate di festa o a grandi tavolate, a patto di avere una bella padellona dove saltare la pasta.

La **pasta broccoli e salsiccia** è ottima anche con il peperoncino, oppure la salsiccia piccante. Attenzione a scolare la pasta molto al dente, in modo che quando la si passa in padella non scuocia. Il peso dei broccoli è indicato al lordo delle operazioni di pulizia. Per 2 persone il peso netto ideale delle sole ci mette già pulite è di 100-150 grammi.



INFORMAZIONI

- 2 persone
- **550Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**

INGREDIENTI

- 300 g di broccoli
- 100 g di salsiccia
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Pepe nero macinato al momento
- Sale
- 160 g di pasta

PREPARAZIONE

- Pulire i broccoli selezionando le cimette, lavarle sotto acqua fresca corrente e separarle fino ad ottenere fiorellini di media dimensione. Si può usare anche parte dei gambi, se sono sottili, affettandoli nello spessore di mezzo centimetro scarso.
- Eliminare dalla salsiccia il budellino esterno e spezzettarla grossolanamente.
- In una capace padella soffriggere gli spicchi d'aglio spellati nell'olio assieme ad una generosa grattugiata di pepe.
- Quando l'aglio si è ben dorato, unire la salsiccia e mescolare fintanto che non ha preso colore.
- Spegnerne il fuoco, coprire e tenere da parte.
- Mettere a bollire l'acqua della pasta, salarla, quindi buttare la pasta e i broccoli. La sequenza dipende dal tempo di cottura della pasta. I broccoli devono cuocere una decina di minuti circa. Se la pasta cuoce di più buttarla prima.
- Attenzione a calcolare il tempo della pasta in modo da scolarla piuttosto al dente.
- Scolare la pasta e i broccoli con una schiumarola e metterli man mano nella padella del condimento
- Mettere la padella sul fuoco, a fiamma vivace, e saltarla per qualche minuto, girando di frequente. Il sugo deve rapprendersi attaccandosi alla pasta, senza lasciare acquosità sul fondo.
- Servire immediatamente.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Fusilli, caserecce

STAGIONE

Gennaio, febbraio, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.