

Pasta con ragù vegetale di asparagi

La **pasta con ragù vegetale di asparagi** è un primo piatto a base di asparagi, cipolla rossa e pinoli, legati insieme da una crema di panna e Parmigiano che si prepara utilizzando l'acqua di cottura della pasta, ricca di amido. E' un primo piatto ricco, adatto al pranzo domenicale o alle ricorrenze.

La **pasta con ragù vegetale di asparagi** è ottima preparata con pasta all'uovo, che si sposa particolarmente al sapore degli asparagi, ma viene bene anche con la comune pasta di semola. Attenzione in particolare alla tostatura dei pinoli, devono essere appena dorati. Saranno così nel pieno del loro sapore.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **380Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**

INGREDIENTI

- 100 g di asparagi
- 1 cipolla rossa fresca di piccole dimensioni
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- 100 ml di Brodo vegetale
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 20 g di pinoli
- 160 g di pasta
- 100 ml di panna fresca
- 20 g di Parmigiano Reggiano grattugiato

PREPARAZIONE

- Lavare accuratamente gli asparagi sotto acqua corrente, rimuovere la parte bianca del gambo, raschiarli con un coltello non troppo affilato facendo molta attenzione a non toccare le punte, fragili e delicate.
- Tagliare le punte ed affettare la restante parte tenera del gambo nello spessore di mezzo centimetro.
- Pulire la cipolla eliminando le estremità, lo strato esterno di consistenza cartacea e affettarla nello spessore di mezzo centimetro circa. Ricavarne dei cubetti.
- Mettere in una padella l'olio, la cipolla e portarla sul fuoco. Lasciare che si scaldi e farla dorare per un paio di minuti, mescolando.
- Unire gli asparagi e cuocere per un paio di minuti mescolando.
- Unire il brodo, tenendone da parte un pochino, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocere a fiamma media per 8 minuti circa, coperto.
- Trascorso il tempo indicato scoperciare per far asciugare il fondo di cottura.
- Assaggiare per regolare di sale e spegnere. Ritirare le punte, da tenere in una ciotolina a parte. Coprire sia la padella, sia la ciotolina.
- Mettere i pinoli in un padellino, senza nessun condimento, portarli sul fuoco e farli dorare a fiamma dolce. Attenzione perchè tendono a bruciare facilmente e diventano amari. Quando pronti metterli in una ciotolina.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, mettere in una ciotola la panna, il restante brodo, il Parmigiano e qualche cucchiaino d'acqua di cottura della pasta per stemperare e ottenere una crema omogenea e vellutata.
- Scoperciare la padella con il condimento, unire la crema di panna e mescolare bene per amalgamare.
- Scolare la pasta e accendere il fuoco sotto la padella del condimento.
- Saltare la pasta scolata nella padella del condimento per qualche istante, girando di frequente.
- Servire immediatamente decorando con le punte tenute da parte e i pinoli tostati.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Gramigna, caserecce, linguine.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

AUTORE



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizzare un formaggio da grattugia con caglio vegetale al posto del Parmigiano Reggiano, come ad esempio il Verdiano o altro grana vegetariano.

I consigli di Barbara

E' possibile preparare una versione gratinata di questa pasta mantenendo la crema di panna più fluida. Una volta condita mettere la pasta in una pirofila da forno, cospargerla con le punte di asparagi, i pinoli e una grattugiata di Parmigiano. Passarla quindi sotto il grill del forno fino a quando non si forma una deliziosa crosticina. In questa versione, prima della gratinatura, si può anche conservare per un giorno in frigorifero, oppure congelare.