

Pasta al forno besciamella e asparagi

La **pasta al forno besciamella e asparagi** è una gustosa pasta gratinata al forno condita con un ragù vegetale a base di asparagi, carote, sedano e cipolla. A completare la preparazione troviamo la besciamella e la provola affumicata.

La **pasta al forno besciamella e asparagi** è un ottimo primo piatto per i giorni di festa. Si può preparare con un po' di anticipo e gratinare solo al momento di gustarla.

INFORMAZIONI

- 6 persone
- **460Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana**
- si può **preparare in anticipo**

INGREDIENTI

- 400 g di asparagi
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla bianca
- 2 rametti di timo
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 100 ml di Brodo vegetale
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 40 g di burro
- 40 g di farina di grano tenero tipo 00
- 500 ml di latte
- Noce moscata
- 150 g di provola affumicata
- 400 g di pasta tipo fusilli bucati lunghi

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.
- Lavare la carota, pelarla con un pelapatate e ricavarne dei cubettini di 4 millimetri di lato circa.
- Lavare il sedano, scartare le parti più dure, quindi ricavarne dei cubettini grandi come quelli di carota.
- Pelare la cipolla, affettarla nello spessore di 4 millimetri circa e ricavarne dei cubettini.
- Lavare il timo e selezionarne le foglie.
- Mettere in una padella l'olio, tutte le verdure tranne gli asparagi, e portarla sul fuoco.
- Far sfrigolare le verdure a fiamma vivace per 2-3 minuti mescolando con un cucchiaio di legno.
- Unire gli asparagi e mescolare.
- Unire il brodo, le foglie di timo, un pizzico di sale e una macinata di pepe.
- Cuocere a fiamma media, coperto, per 10 minuti. A fine cottura scoperchiare, far asciugare il fondo di cottura e regolare di sale.
- Preparare la besciamella.
- Mettere una casseruola antiaderente sul fuoco con il burro e scioglierlo lentamente. Abbassare la fiamma al minimo ed incorporare la farina poco a poco, mescolando accuratamente con la frusta affinché non si formino grumi.
- Versare il latte a temperatura ambiente, poco per volta, stemperandolo bene.
- Alzare la fiamma a fuoco medio e mescolare fino ed ebollizione, quindi aggiungere una grattugiata di noce moscata.
- Proseguire la cottura, mescolando continuamente, fintanto che il composto non acquisisce una consistenza vellutata. A fine cottura regolare di sale. Coprire bene e tenerla da parte.
- Grattugiare la provola con la grattugia a fori grossi.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e scolarla al dente.
- Mettere la pasta scolata in una ciotola e condirla con un filo d'olio. Mescolare bene.
- Unire le verdure e mescolare bene.
- Ungere una pirofila con l'olio, quindi disporre un terzo della pasta.
- Condire con la besciamella, una manciata di provola grattugiata, quindi alternare gli ingredienti fino a terminare con la provola.
- Infornare nel forno preriscaldato a 200°C per una decina di minuti.
- Servire tiepida.

STAGIONE



Marzo, aprile, maggio, giugno

AUTORE

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