

# Pasta peperoni e cannellini

La **pasta peperoni e cannellini** è un ottimo primo piatto estivo, che si può preparare sia con i fagioli lessati in casa, sia con quelli in scatola. Ottimi quelli cotti a vapore o conservati sotto vetro.

La **pasta peperoni e cannellini** è buona sia calda, servita appena preparata, sia fredda. Può essere anche un ottimo piatto unico, sano e nutrizionalmente completo, che abbina i cereali e i legumi con gusto e leggerezza.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **410Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**



## INGREDIENTI

- 1 **peperone rosso**
- 150 ml di **Brodo vegetale**
- 1 cucchiaio di **olio extravergine di oliva**
- 1 spicchio di **aglio**
- 4 foglie di **basilico**
- **Sale**
- 125 g di **Fagioli cannellini** già cotti (peso sgocciolato)
- 2 rametti di **prezzemolo**
- 160 g di **pasta**
- **Pepe** nero macinato al momento

## PREPARAZIONE

- Lavare il peperone, rimuovere il torsolo, i semi ed i filamenti bianchi e tagliarlo a listarelle larghe mezzo centimetro e lunghe 5 circa.
- Scaldare il brodo.
- Mettere i peperoni in padella assieme all'olio, l'aglio spellato e le foglie di basilico lavate e spezzettate. Accendere il fuoco.
- Far rosolare a fiamma vivace per 4-5 minuti, fintanto che i peperoni non si saranno leggermente abbrustoliti.
- Unire quindi il brodo, un pizzico di sale, far riprendere il bollore, coprire e far cuocere per 6-8 minuti a fiamma media.
- Nel frattempo scolare i fagioli. Se si utilizzano quelli in scatola sciacquarli brevemente sotto acqua corrente.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente. Io solitamente uso la mezzaluna su un tagliere.
- Trascorso il tempo di cottura dei peperoni, scoperchiare, alzare la fiamma e far asciugare il fondo di cottura mescolando di continuo.
- Unire i fagioli, mescolare e regolare di sale.
- Spegnere la fiamma, unire il prezzemolo tritato e coprire.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente con una generosa macinata di pepe.

## PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Fusilli bucati, fusilli, caserecce, pasta corta e riccia in genere.

## STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

## AUTORE

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

### I consigli di Barbara

Questa pasta è ottima anche fredda. In tal caso lessarla come d'abitudine, scolarla al dente, disporla su un piatto molto largo, condirla con un filo d'olio, mescolarla e farla raffreddare uniformemente. Metterla quindi in una ciotola, unire il condimento, mescolare e lasciar riposare in frigorifero per almeno un'ora prima di servire. Ottima anche il giorno dopo!