i primi

Penne integrali con zucca e noci

Ingredienti per 4 persone

- 350 g di penne integrali
- 400 g di zucca già pulita
- 120 g di gherigli di noce
- 2 scalogni
- Mezzo spicchio d'aglio
- Un dl di brodo vegetale
- 80 g di toma fresca
- 20 g di germogli di crescione
- Olio extravergine d'oliva
- Sale, pepe nero

Preparazione

Ridurre la zucca a piccoli dadini. Sbucciare e tritare fini gli scalogni con l'aglio e spezzettare i gherigli di noce. Scaldare 5 cucchiai di olio in una padella, unire il trito di aglio, noci e scalogno e farlo soffriggere su fiamma bassa.

Aggiungere la zucca e il brodo vegetale e proseguire la cottura a pentola coperta per 15 minuti. Nel frattempo cuocere la pasta in abbondante acqua salata in ebollizione e tagliare la toma in lamelle sottili. Scolare la pasta quando è ancora molto al dente, versarla nella padella con la zucca, unire un filo d'olio, le fettine di toma e i germogli di crescione, mescolare con un cucchiaio di legno finchè il formaggio non si è sciolto.

Per un gusto più marcato, sostituire i germogli con foglie di rucola o di radicchio affettate. Servire la pasta caldissima, completare con il pepe nero macinato al momento.