



FUSILLI ALLA CREMA DI PISELLI

FUSILLI INTEGRALI CON CREMA DI PISELLI PROFUMATI AL LIMONE E GRANELLA DI PISTACCHI

Ingredienti per 2 persone:

Pasta integrale (fusilli) 160 g
Piselli (freschi o surgelati) 300 g
Mezza cipolla
Pepe
Sale
Olio EVO
Erbe aromatiche (basilico o menta)
Pistacchi 20 g
Limone con buccia edibile

Preparazione:

Mettere a bollire una pentola con abbondante acqua leggermente salata, in cui verrà cotta la pasta. Nel frattempo, sgranare i piselli freschi e tagliare finemente mezza cipolla.
Realizzare il soffritto con un filo d'olio extravergine d'oliva e la cipolla tritata. Imbiondita la cipolla, cuocere i piselli aggiungendo due cucchiaini d'acqua di cottura e aggiustando con pepe e un pizzico di sale. Lasciare cuocere per circa 10-15 minuti a fuoco lento.
Tritare grossolanamente i pistacchi che serviranno per guarnire il piatto.
Una volta cotti i piselli, prelevarne un po' più della metà e frullarli con l'aggiunta di qualche foglia di basilico o menta fino a ottenere un composto omogeneo.
Ultimata la cottura della pasta, scolare e saltare in padella con i rimanenti piselli.
Disporre la crema di piselli sul fondo di un piatto, impiattare la pasta con i piselli e completare il piatto aggiungendo i pistacchi tritati, la buccia di limone grattugiata e due foglie di basilico o menta.