



PENNE INTEGRALI AL TEFF CON ZUCCA E FINOCCHIETTO SELVATICO

Ricetta della scuola di cucina “La nostra cucina” di Milano

Ingredienti:

320 g di penne integrali al Teff
250 g di zucca mantovana
uno scalogno
una foglia d'alloro
alcuni rametti di finocchietto selvatico
due cucchiari di olio extra vergine d'oliva
sale e pepe a piacere

Procedimento:

Tagliate la zucca a tocchetti e fatela insaporire con lo scalogno in pochissimo olio e con la foglia d'alloro. Salate e lasciate cuocere per una decina di minuti. Passato questo tempo unite il finocchietto selvatico tagliuzzato non troppo finemente. Salate e pepate a piacere. Lessate in abbondante acqua salata le penne al Teff. Scolatele al dente e saltatele in padella con il sugo di zucca. Servite con una macinata di pepe e un'altra manciata di finocchietto fresco.

