

Pasta – cavolfiore – zafferano

Una ricetta per l'inverno e la primavera, valida alternativa alle «orecchiette col broccolo».

Ingredienti per 4 persone

1 cavolfiore, circa 500 g pulire e dividere in cimette. Se necessario pelare il torsolo e tagliarlo a dadini. Lessare le verdure in acqua salata finché sono appena tenere, scolarle con la schiumarola e tenerle da parte. Conservare un po' dell'acqua di cottura.

Mettere sul fuoco l'acqua per la pasta.

1 cipolla tagliare a listarelle sottili e far appassire dolcemente in padella con olio d'oliva e un po' di acqua di cottura: deve cuocere piano e restare bianca. Aggiungere acqua di tanto in tanto e salare.

pistilli di zafferano o zafferano in polvere sale e pepe Se usate i pistilli, metteteli prima in ammollo per qualche minuto.
In una padella larga mescolare la cipolla, lo zafferano e il cavolfiore, condire e aggiungere di tanto in tanto acqua di cottura. Può formarsi un po' di sugo.

Salare l'acqua e cuocervi un formato di pasta corta (per es. penne, gigli, mezze maniche). Quando è al dente, scolarla, rimetterla nella pentola e aggiungere

olio d'oliva in abbondanza e
4 cucchiai di pecorino grattugiato (o di parmigiano) incorporare alla pasta, poi unire le verdure allo zafferano. Coprire e lasciare insaporire per 3–4 minuti.
Prima di servire aggiustare di sapore e aggiungere un po' d'acqua di cottura, in modo che il tutto risulti ben morbido. Cospargere con qualche pinolo tostato.



IL CONSIGLIO DI VERONICA

Ci sta bene anche l'uvetta ammollata.
Oppure qualche filetto d'acciuga a pezzetti, ma in tal caso senza formaggio.