

## Pasta con i broccoli *(Primi piatti asciutti)*



### Preparazione

Laviamo bene le verdure, priviamole delle foglie esterne e del gambo e suddividiamole in cimette, che metteremo a bollire in acqua bollente salata per pochi minuti. Cavolo e broccolo non devono spappolarsi: tutte le cimette devono rimanere integre. Quando la cottura delle verdure è terminata, scoliamole e teniamole da parte in un colapasta. Prendiamo quindi un tegame e mettiamoci lo spicchio d'aglio a rosolare in un filo d'olio d'oliva. Aggiungiamo quindi le acciughe e facciamole sfaldare per bene, Aggiungiamo quindi il peperoncino affettato, regolandoci a seconda dei nostri gusti. E' il momento di aggiungere le olive nere, tagliuzzate a pezzettini e private del nocciolo. Aggiungiamo poi le nostre cime di broccolo e cavolo e mescoliamo delicatamente. Lasciamo insaporire per cinque minuti con la fiamma al minimo. A parte cuociamo la pasta: quando è cotta scoliamola e condiamola con il sugo preparato. Serviamo caldissima.

### Consigli

Se non riuscite a procurarvi il cavolo romanesco, potete usarne anche uno bianco: se è molto grande tenete presente che ve ne basterà la metà.

### Curiosità

L'origine della ricetta della pasta con i broccoli va ricercata nel Mezzogiorno e, in modo particolare, tra la Puglia e la Calabria.

### Informazioni

**Preparazione** 45 minuti

**Cottura** 30 minuti

**Dosi per** 3 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di Puglia



**ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP**

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Broccoli** 300 grammi (freschi)

**Cavolfiore** 300 grammi (tipo romanesco)

**Acciughe** (5 acciughe)

**Aglio** 1 spicchio

**Olio extra vergine di oliva**

**Sale**

**Olive nere** (una manciata di olive nere di Grecia)

**Peperoncino** (qb, secondo i propri gusti)

**Pasta corta** 300 grammi (tipo pipe o conchiglie)