

Pasta con canocchie, mandorle e limone

Gusta un primo piatto di pesce semplice e veloce: la nostra versione in bianco, con mandorle e scorza di limone.



La ricetta che ti proponiamo oggi è un **primo piatto di pesce** semplice da realizzare, ma molto appetitoso: la pasta con canocchie, mandorle e limone.

Noi abbiamo utilizzato le **linguine integrali**, ma puoi scegliere un altro formato, come gli spaghetti o i paccheri. Abbiamo scelto di preparare questa **pasta senza pomodoro**, ma se preferisci puoi aggiungere al condimento gli ultimi pomodorini freschi di stagione.

Difficoltà: bassa

Costo: medio

Tempo di preparazione: 10 min.

Ingredienti per 4 persone

360 g di linguine integrali

1 kg di canocchie fresche

30 g di mandorle Bio,Logico Despar

100 ml di vino bianco Despar

1 limone non trattato Bio,Logico Despar

2 spicchi di aglio

2 ciuffi di prezzemolo fresco

Olio extra vergine di oliva q.b.

Un pizzico di sale

Procedimento:

1. Trita grossolanamente le mandorle, trasferiscile in una padella antiaderente e tostate pochi minuti in padella, fino a leggera doratura. Tienile da parte.

2. Sciacqua le canocchie sotto l'acqua, con delle forbici toglie la testa, la coda e le zampette delle canocchie, infine incidile lateralmente.

3. Lascia le canocchie intere o dividile a metà.

4. Versa 3 – 4 cucchiaini di olio in una padella, aggiungi l'aglio e i gambi del prezzemolo tritati finemente, lascia insaporire.

5. Aggiungi le canocchie e lasciale rosolare, sfuma con il vino, regola di sale e prosegui la cottura 5 minuti circa; infine elimina l'aglio.

6. Cuoci la pasta in abbondante acqua bollente salata; scolala al dente e trasferisci la pasta nella padella con le canocchie. Aggiungi acqua di cottura e completa la cottura della pasta in padella.

7. Completa con le foglie di prezzemolo tritate, la scorza grattugiata del limone e le mandorle tostate.