

8. Pasta bicolore

Pâtes avec chou-fleur et anchois



4 portions

Ingrédients :

300 grammes de « pasta corta »

1 petit chou-fleur

1 boîte de filets d'anchois

1 cuillère à soupe de beurre

sel

Préparation :

1. Lavez le chou-fleur et coupez-le en petits morceaux.
2. On peut cuire le chou-fleur et les pâtes ensemble, mais il est mieux de mettre le chou-fleur dans l'eau bouillante quelques minutes avant les pâtes.
3. Dans une grande poêle faites fondre le beurre et ajoutez les anchois, coupez-les.
4. Quand les pâtes et le chou-fleur sont « al dente » égouttez-les et versez dans la poêle.
5. Mélangez bien et servez.

⇒ Selon ce principe « légumes et poisson ou viande » on peut préparer :

- pâtes zucchini et crevettes (les zucchini frits, pas bouillis),
- pâtes zucchini et lard fumé,
- pâtes (ou gnocchi !) avec radicchio et salsiccia (comme le risotto)
- pâtes « à ma façon » ;-).