Un piatto unico in 10 minuti
Postato da alebertoz - 2007/01/20 16:25

---

http://retetre.rtsi.ch/components/com_joomlaboard/uploaded/images/fusilli.jpg Ecco una ricetta inventata oggi a mezzogiorno. Fusilli verze e tonno. Lessate la pasta (80-90 grammi per persona, secondo la fame). Sugo per 2 persone: 100 grammi di verze tagliate sottili; 1 scatoletta di tonno al naturale; olio; 15 capperi sotto sale; 50 grammi di piselli (leggermente lessati in precedenza, oppure lessati cuocendo la pasta); mezza cipolla; una spruzzata di salsa di soia. Rosolate cipolla, verza, capperi e piselli con un filo d'olio e un po' di pepe. Quando la pasta è a 2 minuti dalla cottura al dente, aggiungete nella padellina del sugo il tonno sgocciolato. Lessate la pasta, saltatela 40 secondi unendole il sugo. Mettete nei piatti con un'altra piccola spolverata di pepe e un filo di olio.
A me è piaciuta un sacco...

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da Misterbaritono - 2007/01/20 16:58

---

l'ho stampata e se tu dici che e' buona.....sara' buona anche per baritono.....grazie.

e buonasera.

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da Misterbaritono - 2007/01/20 17:08

---

dai che te la dico.....penne con pan grattato e aciughe, semplice semplice

in una pentola mettete un filo d'olio fate cuocere la cipolla, poi ci metti il pan grattato
100g circa per due persone oppure andate a occhio e 5-6 aciughe un paio di capperi,durante la cottura,vedrete che le aciughe come per incanto si dissolveranno nel pan grattato a quel punto il pan grattato e' pronto mi raccomando niente sale visto che ci sono le acciughe.....scolate la pasta e fatela mantecare dentro la padella dove c'e' il pan grattato e buon appetito....dimenticavo parmiggiano a piacimento.

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da clay1978 - 2007/01/21 16:21

---

se calcoli il tempo che l'acqua ci mette a bollire ci metti di più di 10 minuti!!!!!

Sembra mangiabile, qualche giorno che non so proprio cosa propinare ai miei cari proverò questa ricetta....le responsabilità sono vostre!!!!

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da Yorsh - 2007/01/21 20:13

---

aspetta che siano passati i nove mesi, prima di far danni!

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da clay1978 - 2007/01/22 10:43

Yorsh ha scritto:
aspetta che siano passati i nove mesi, prima di far danni!

EHEHEHE

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da alebertoz - 2007/01/22 14:23

Yorsh ha scritto:
aspetta che siano passati i nove mesi, prima di far danni!
Yorsh... son tardo, non l'ho capita...

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da sheila - 2007/01/24 23:08

Ciau!
Un piatto abb veloce che preparo spesso è la pasta con prosciutto e piselli. Intanto che si fa bollire l'acqua a cuocere la pasta si fa rosolare in una padella una cipolla, se si vuole uno spicchio d'aglio, si aggiunge poi il prosciutto tagliato a dadini e i piselli. si lascia andare piano piano. quando la pasta è cotta, la si scola etc etc e poi si aggiungono i piselli con il prosciutto e le cipolle, un po' di panna e si fa scaldare un attimino, giusto per far rapprendere la panna.
io ne vado matta!!!
bon apetit!!!

==========

Re:Un piatto unico in 10 minuti
Postato da DDT - 2007/02/07 20:39

---

dolcetto leggerino:
fetta di pane bianco... inzupparla con del buon merlot poi rosolarla in padella con del burro. cospargere di zucchero, panna montata e gnam.

dulcinosiabbracci
S.

==========