
Penne alla besciamella con zafferano e verdure

Autore: Max Fattorini

Fonte: Web

Un primo piatto cremoso al punto giusto, profumato e colorato con carote, zucchine e peperoni

Preparo spesso la pasta con la besciamella, trovo sia un po' più leggera rispetto alla panna e mi piace il gusto che apporta, questa volta in particolare ho scelto di colorarla, ma soprattutto profumarla e insaporirla, con dell'ottimo zafferano. Un primo molto gustoso, grazie anche alle tre verdure presenti (carote, zucchine e peperoni).

Una ricetta davvero semplice e veloce da preparare ma ricca di sapore, cremosa al punto giusto e che può essere un primo piatto per tutti i palati (carnivori o vegetariani). Se si preferiscono le verdure un po' più morbide, consiglio in particolare per la carote di farle cuocere prima al vapore in modo da ammorbidirle.

Ecco quindi la ricetta per questa ottima pasta con besciamella, zafferano e verdure:

Ingredienti per due persone:

160 grammi di penne rigate
zafferano
besciamella
2 carote
2 zucchine
mezzo peperone rosso
olio evo
sale

Pelare le carote, levare il picciolo e i semi al peperone, quindi lavare le verdure e tagliarle a dadini; un paio di cucchiai d'olio in padella e farci andare, a fiamma morbida, le verdure per 8 / 10 minuti. Nel caso si asciugano troppo aggiungere poca acqua calda. Nel frattempo cuocere la pasta in acqua salata bollente secondo il tempo indicato nella confezione. Aggiungere alle verdure la besciamella e lo zafferano e far cuocere mescolando per un paio di minuti. Scolare la pasta al dente e farla saltare insieme alla pasta per un minuto. Servire al centro del piatto e buon appetito a tutte e tutti.

Dal blog [La piccola casa](#)