

Sedani arancio verdi

Scritto da Cristina Bruno

Mercoledì 13 Marzo 2013 09:35 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 13 Marzo 2013 09:48

Sedani arancio verdi

Ecco un primo leggero a base di verdure a vapore. Piselli, carote e besciamella fanno da condimento a un piatto di sedani.



Dosi per quattro persone: 400 gr di sedani, 250 gr di piselli a vapore, 250 di carote a vapore, 500 ml di besciamella, olio, sale, aglio, pepe, formaggio grana.

Cuocere a vapore i piselli e le carote e poi ripassarli in padella con olio, sale, pepe e un po' d'aglio. Preparare la pasta e quindi condirla con il composto e la besciamella. Spolverare con il grana e servire calda.