

## PASTA RADICCHIO E RICOTTA



Un piatto cremoso e delicatamente amarognolo, perfetto per un pasto leggero ma saporito. La ricotta dona morbidezza, mentre il radicchio aggiunge carattere e colore. Facile e veloce da preparare, è ideale per chi cerca gusto e semplicità.

 1 porzione

## INGREDIENTI

- 60 grammi di pasta di semola
- 1 porzione di ricotta di vacca (100 g)
- 1 porzione media di radicchio rosso
- 1 cucchiaio da tavola di olio di oliva

## COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° Tagliare il radicchio e striscioline sottili.
- 2° Versare 1 cucchiaio di olio in padella. Quando sarà caldo aggiungere il radicchio precedentemente tagliato. Lasciar cuocere ed aggiungere 1 bicchiere di acqua. Verso fine cottura aggiungere la ricotta.
- 3° Nel frattempo cuocere la pasta. Conservare 1 bicchiere di acqua di cottura.
- 4° Versare la pasta cotta nella padella con il radicchio e la ricotta. Se è molto denso aggiungere poca acqua di cottura precedentemente messa da parte.

## INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE [249 g]	% AR
ENERGIA	181 kcal	451 kcal	23 %
PROTEINE	7 g	16 g	33 %
CARBOIDRATI	22 g	54 g	21 %
ZUCCHERI	3 g	6 g	7 %
LIPIDI	8 g	20 g	29 %
GRASSI SATURI	3 g	8 g	42 %
FIBRE ALIMENTARI	2 g	4 g	16 %
SODIO	35 mg	87 mg	4 %