OLIO CUORE

Mezze maniche con zucca e frutta secca

Ingredienti

- 300 g mezze maniche
- 300 g zucca mondata a cubetti
- 3 cucchiai **Olio di Mais Cuore**
- 20 g gherigli di noci
- 20 g mandorle
- 1 spicchio d'aglio
- alloro, pepe
- **Sale Iposodico Cuore**
- qb acqua o brodo vegetale

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 20''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 408.75 Kcal**
- **Grassi: 13.5 g**

Preparazione

- Tritare grossolanamente la frutta secca e tostarla in padella. Conservare a parte.
- Cubettare la zucca.

- In una padella scaldare due cucchiai di **Olio di Mais Cuore.**

- Unire l’aglio e l’alloro. Rosolare i cubetti di zucca a fiamma bassa e cuocerli con un mestolino d’acqua o di brodo vegetale per circa 10 minuti. Salare e pepare.

- Lessare la pasta in abbondante acqua salata, scolarla al dente e passarla in padella con il sugo di zucca.

- Completare con la frutta secca tostata e servire in tavola.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico