

Ricetta - Ravioli al limone, asparagi e piselli

Migusto

/ 13.05.2019

Primo piatto

Ingredienti per 4 persone: 250 g di ricotta · 50 g di parmigiano grattugiato · 1 c di pangrattato · 1 limone · sale · pepe · 4 rotoli di pasta fresca già spianata · farina per spianare la pasta · 300 g d'asparagi verdi fini · 500 g di piselli nel baccello · 0,5 dl d'olio d'oliva · parmigiano e germogli per guarnire.

1. Mettete in una ciotola la ricotta, il parmigiano e il pangrattato. Aggiungete la scorza di limone grattugiata finemente e condite la massa con sale e pepe.
2. Srotolate 2 rotoli di pasta e sistemateli uno dietro l'altro in modo da ottenere una lunga striscia. Distribuite la farcia di ricotta in 2 righe, formando con un cucchiaino dei mucchietti distanti circa 7 cm uno dall'altro (si ottengono circa 34 mucchietti). Spennellate il bordo di pasta intorno alla farcia con un po' d'acqua. Srotolate la pasta rimasta sul piano leggermente infarinato e spianatela per allargarla un po'. Disponete le due strisce più larghe sulla farcia e premete bene la pasta intorno al ripieno. Ritagliate i ravioli con una rotella per la pasta.
3. Spuntate gli asparagi. Sgusciate i piselli. Scaldate un po' d'olio in una bistecchiera o in una padella e rosolatevi gli asparagi per 3-5 minuti.
4. Cuocete i ravioli, pochi alla volta, in acqua salata appena bollente per circa 5 minuti. Due minuti prima di fine cottura aggiungete i piselli. Scolate e distribuite in piatti caldi.
5. Condite i ravioli con pepe e con l'olio rimasto. Guarnite con gli asparagi, il parmigiano e i germogli.

Preparazione: circa 40 minuti.

Per persona: circa 30 g di proteine, 29 g di grassi, 73 g di carboidrati, 700 kcal/2900 kJ.