World Pasta Day, la ricetta di Sonia Peronaci cotta nella pentola a pressione Lagostina

pentola-lagostina-fc287f8e

In occasione del World Pasta Day 2021 **Lagostina presenta una ricetta in pentola a pressione**, che permette di cuocere la pasta nella metà del tempo rispetto ai metodi tradizionali.

La ricetta, ideata con Sonia Peronaci, storica fondatrice di Giallo Zafferano, ora volto e promotrice del sito che porta il suo nome soniaperonaci.it, **è ispirata ai sapori di stagione**: pasta con speck, zucca e verza. Un piatto non solo veloce ma anche **sano e sostenibile**, infatti l'utilizzo della pentola a pressione garantisce un minor consumo di energia e di acqua nella preparazione e, soprattutto, preserva maggiormente sapori, profumi e caratteristiche degli ingredienti rispetto alle cotture alternative.

Insomma, quando **scienza, tecnologia e arte culinaria si incontrano nascono piatti gustosi, amici dell'ambiente e salutari.** Quindi, quale miglior momento per sperimentare questa nuova ricetta se non il 25 ottobre, giorno in cui nel mondo si celebra l'amore della pasta? Basterà accendere i fornelli e seguire le istruzioni che saranno pubblicate sull'app Lagostina e i suoi canali social ufficiali. E per chi ancora non ha una pentola a pressione, Lagostina ha pensato ad una **promozione dedicata**, con il codice ABITUDINE15, infatti, sarà possibile acquistarne una con uno sconto del 15%, dal 15 al 30 ottobre, sul nuovissimo shop online.



Ricetta: PASTA CON SPECK, ZUCCA E VERZA IN PENTOLA A PRESSIONE

Ingredienti per 4 persone

Pasta mista 200 g
Speck 100 g
Zucca mantovana (polpa) 220 g
Verza pulita 250 g
Cipolla tritata 50 g
Acqua 600 g
Rosmarino 1 rametto
Salvia 5 foglie
Olio EVO q.b.
Sale grosso 4 g
Pepe q.b.

Procedimento

Per prima cosa elimina la buccia dalla zucca e, una volta ottenuta la polpa, tagliala a cubetti di 1 cm. Taglia lo speck in piccoli bastoncini (tipo fiammifero) o a cubetti.
Elimina il torsolo centrale coriaceo della verza, tagliala a metà e successivamente a striscioline di circa 1 cm.
Nella pentola a pressione fai scaldare un filo di olio EVO assieme alla cipolla tritata e allo speck; fai appassire la cipolla dopo di ché aggiungi la zucca e le verze. Rosola il tutto per 5 minuti, aggiungi le erbe aromatiche, l'acqua, il sale grosso e la pasta mista.

Chiudi ora la pentola a pressione con il suo coperchio ermetico, posiziona la valvola sul simbolo "verdure" e accendi il fuoco al massimo. Una volta che dalla valvola fuoriuscirà il vapore, abbassa il fuoco al minimo e conta 5 minuti di cottura.

Trascorso il tempo indicato, spegni il fuoco e gira la valvola sul simbolo "vapore" e fai fuoriuscire tutto il vapore all'interno. Terminato lo sfiato, apri la pentola a pressione, mescola il tutto e lascia riposare un paio di minuti. Disponi nei piatti da portata e servi con un filo di olio EVO a crudo la tua pasta.