

Indice delle ricette

RICETTE DI PASTA TRADIZIONALE E DI GRANI ANTICHI

Gnocchetti sardi in salsa di tofu affumicato e crema di ortica allo zenzero	6
Bavette integrali con carciofi in salsa di cipolle al curry	8
Lasagne integrali alla catalogna con tofu affumicato	10
Penne al pesto di finocchietto selvatico e pomodori secchi	12
Lasagne bianche di carciofi e noci	14
Mezze maniche di grano khorasan con patate novelle e pesto di barba di frate	16
Spaghetti integrali con barba di frate e pinoli	18
Fusilli senatore Cappelli con carciofi e crumble al limone	20
Fettuccine di farro con fave fresche, carote e barba di frate	22
Tortini di fregola sarda con cipollotti e nocciole	24
Orecchiette con verdure primaverili e stracciatella	26
Fusilli in insalata con ortaggi arrosto, bufala e basilico	28
Gnocchetti sardi piccanti con zucchine in scapece	30
Spaghetti di farro al pesto di acetosa, mandorle e anacardi	32
Insalata di orecchiette alla caprese con susine	34
Trofie al pesto di rose e pinoli all'amaretto	36
Spaghettoni di farro al pesto di melanzane	38
Fusilli con salsa di pomodori infornati, olive e pistacchi	40
Lasagna caprese	42
Cavatelli con fiori di zucca, olive e briciole croccanti	44
Paccheri farciti con peperoni marinati alla menta	46
Farfalle alle erbe con fagioli borlotti freschi e peperoni	48
Spaghetti colorati con fiori di zucca, zucchine e pomodorini	50
Linguine di farro con peperoni e pane croccante alle erbe	52
Caserecce con patate, fagiolini, limone e basilico	54
Conchiglie con verdure arrosto e pomodori crudi al basilico	56
Lasagne alla ricotta con zucca e zucchine	58
Cannelloni alla zucca con gorgonzola e pere	60
Fettuccine al pesto di prezzemolo e noci	62
Strozzapreti di farro con pesto di cavolo nero e ricotta salata	64

Pennette piccanti al pesto di spinaci e pomodori secchi	66
Linguine risottate con funghi, spinaci, pecorino e noci	68
Fusilli con pesto di cavolo nero e noci	70
Mafaldine alla carbonara vegan con salvia croccante	72
Mafaldine con crema di scarola e olive taggiasche	74
Penne al cavolo rosso con verza, uvetta e nocciole	76
Timballi di anelletti con ragù di lenticchie	78
Spaghetti integrali al "bianco"	80
Pasta al forno con ragù di fagioli e besciamella di cavolfiore	82
Fusilli in crema di broccoletti e gorgonzola	84
Calamarata colorata alle 3 lenticchie	86

RICETTE DI PASTA SENZA GLUTINE DI DIVERSI SFARINATI

Spaghetti di soia con tofu e verdure saltate	88
Fusilli di mais con verdure estive, menta e stracciatella	90
Pasticcio di maccheroni di riso alla ricotta con zucca e porcini	92
Lasagnette di grano saraceno, con porri, verza e funghi	94
Pizzoccheri gratinati con stracchino, bietole e mandorle	96
Linguine di riso con crema di cavolfiore, semi di papavero e carotine glassate	98
Fusilli di mais con cavolo cappuccio, spinaci e pistacchi	100
Vermicelli di riso con carpaccio di tempeh e verza	102
Spaghetti di grano saraceno alla rosa canina	104

RICETTE DI PASTA FATTA IN CASA, DI FRUMENTO E DI ALTRI SFARINATI

Tagliatelle all'ortica con ragù di lenticchie e funghi	106
Orecchiette di riso con carciofi	108
Tagliatelle all'ortica in crema di finocchi allo zafferano	110
Passatelli asciutti al formaggio di fossa con pomodorini e olive	112
Orecchiette di grano saraceno e castagne con broccoli, sedano rapa e mele	114
Tagliatelle alle foglie di sedano con pesto di noci	116
Strozzapreti di quinoa con cavolfiori	118
Pizzoccheri alla verza	120
Lasagne di crespelle con lenticchie e verdure	122
Lasagne agli spinaci con crema verde	124