

Patate e fagiolini al pesto con ricotta grigliata

Patate, fagiolini e ricotta sono i protagonisti della ricetta che ti proponiamo oggi. E in più c'è il pesto, che rende il piatto ancora più buono.



Patate e fagiolini al pesto con ricotta grigliata è la ricetta di oggi, pensata da **Emanuela Caorsi** per te. È un **piatto unico** perfetto da gustare sia a pranzo che a cena.

Le **patate**, i **fagiolini** e la **ricotta** sono rispettivamente **fonti di carboidrati da cereali, da verdura e fonte di proteine**. Il loro sapore viene esaltato dal **pesto**, che in questa ricetta è stato realizzato **senza formaggio e senza aglio**.

E se non ti piacciono i **pinoli**, puoi fare il pesto anche con le **noci**, i **pistacchi** o i **semi di girasole**.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 30 min.

Ingredienti

per 2 persone

400 g di fagiolini

380 g di patate Passo dopo Passo Despar

200 g di ricotta di capra o pecora

Per il pesto

45-50 g di foglie di basilico

30 g di pinoli Bio, Logico Despar

30 g di olio extra vergine di oliva 100% italiano Despar Premium

Un pizzico di sale integrale

Procedimento

1. Lava i fagiolini e toglì il picciolo. Lava bene le patate (lascia la buccia se sono bio) e tagliale a metà o in 4 se sono molto grandi. Cuoci a vapore sia le patate che i fagiolini.
2. Fai cuocere per 8 minuti i fagiolini e poi passali sotto l'acqua fredda. Tieni da parte.
3. Fai cuocere le patate per circa 15 minuti o fino a quando, inserendo, una forchetta noterai che penetrerà facilmente. Una volta pronte, tienile da parte.
4. Metti patate e fagiolini in un piatto da portata.
5. Nel frattempo, lava il basilico e asciugalo bene con un canovaccio da cucina.
6. In un tritatutto versa i pinoli e il sale, quindi trita il tutto fino a ottenere una farina. Aggiungi quindi le foglie di basilico e trita per alcuni istanti e in ultimo aggiungi l'olio extravergine di oliva per ottenere una crema.
7. Aggiungi il pesto alle patate e ai fagiolini, con anche un po' di pinoli.
8. Scalda leggermente una padella antiaderente e taglia la ricotta a fette. Mettila all'interno della padella, falla grigliare a fuoco medio per 5 minuti per parte.
9. Aggiungi la ricotta grigliata a lato delle patate e fagiolini. Infine, servi subito.