

## SPAGHETTI CON FILETTI DI ZUCCHINE

Se da tempo non portate in tavola una bella spaghetтата, vi suggeriamo questo piatto di spaghetti con filetti di zucchini. Questo ortaggio, originario dell'America centromeridionale, fu importato in Italia nel '500, dopo la scoperta dell'America: è ricco di potassio, che aiuta contro l'ipertensione, ed è lassativo, disintossicante e antinfiammatorio

**Ingredienti per 4 persone** • Spaghetti: g 280 • 2 zucchini • Salsiccia: g 200 • Una bustina di zafferano • Uno scalogno • Panna fresca: g 250 • Parmigiano • Olio extravergine di oliva • Sale e pepe

Mondate e lavate le zucchini, tagliatele a filetti e tenete da parte. Sgranate la salsiccia. Pelate e affettate lo scalogno. Soffriggete in una casseruola con un filo di olio la salsiccia e aggiungete le zucchini; appena sono appassite, versate la panna e lo zafferano, salate, pe-

pate e continuate la cottura per 5 minuti. Cuocete gli spaghetti in acqua salata, scolateli e amalgamateli con il ragù di salsiccia e zucchini e con tre cucchiaini di parmigiano grattugiato.

*Tempo di preparazione: 20 minuti*

**FACILE**

