elGourmet

Orecchiette u Orejitas con Brócoli

Ingredientes

Perejil picado: 10 g
Ajo machacado: 1 Diente
Brócoli: 1 Planta
Sal: Cantidad deseada
Aceite De Oliva: Cantidad deseada
Champiñones fileteados: 200 g
Orechiette u orejitas: 250 Gramos

Preparación de la Receta

- Cocinar los orecchietti en una olla con agua hirviendo, sal y 1 chorro de aceite de oliva por 10 minutos.
- Limpiar los brócolis y agregarlos a la olla cuando a la mitad de la cocción de la pasta -5 minutos-.
- En una sartén con aceite de oliva, *saltear* los champiñones y el *ajo*
- Añadir el *perejil* y continuar la cocción hasta *dorar*.
- Agregar a la sartén la pasta cocida con el **brócoli** y *saltear* por 1 minuto.
- Servir en un plato hondo

- Tips
- 1. Al comprar los brócolis, fíjate que sus tallos estén frescos y firmes -esto significa que la cadena de frío no se ha cortado-
- Los floretes de la cabeza tienen que estar bien apretados, sin huecos entre ellos
- Y tanto el *color* del tronco como de la cabeza tiene que ser verde.
- 2. Respecto de los champiñones, deben ser muy frescos -de *color* muy blanco o blanquísimo
- Si están un poco amarillentos, por lo menos no deben tener ninguna mancha
- E, idealmente, los tienes que cocinar el mismo día que los compras.

3. Para una terminación perfecta

- Echa *ricota* desgranada -100 gramos- por encima de las orejitas y riégalas con 1 hilo de aceite de oliva.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/orecchietti-u-orejitas-con-brocoli