



Ingredienti

4 cespi di scarola riccia

1 cipolla

250 g di spaghetti

120 ml di crema di avena

olio d'oliva

sale

Preparazione

Laviamo e tagliamo a ciuffetti la nostra scarola e laviamo e affettiamo la nostra cipolla.

Buttiamole entrambe in una padella ampia con dell'olio d'oliva preriscaldato, e spadelliamo.

Aggiungiamo del sale e poi 1 bicchiere d'acqua, abbassiamo la fiamma e copriamo.

Intanto portiamo ad ebollizione una pentola con l'acqua salata per gli spaghetti e cuociamoli secondo le indicazioni della confezione.

Spaghetti alla scarola

Giovedì 19 Aprile 2012 00:01 -

Appena la nostra scarola sarà appassita (e l'acqua sarà assorbita) aggiungiamo sempre a fuoco basso, la crema di avena (che sostituisce la panna da cucina e che è priva di grassi). Appena gli spaghetti saranno cotti, scoliamoli e versiamoli nella padella con il condimento, ravviviamo la fiamma e spadelliamo per uno o due minuti.

Servire caldi.