



essì! eggjà! spesso mi è capitato di sentir dire pasta COL forno e non pasta AL forno. ma poco importa, il concetto è quello: si mangia!

la tradizionale pasta al forno alla palermitana prevede mille declinazioni e varianti: con o senza uovo sodo, con o senza melanzane fritte, con o senza prosciutto.

in questa versione cercheremo di limitare i danni, ovvero: niente animali morti e niente frittura per cominciare!

innanzitutto **prepariamo il ragù di soia** come indicato nella [ricetta delle lasagne](#) .

possiamo anche preparare se abbiamo tempo una bella besciamella fatta in casa che, volendo può essere molto più magra sostituendo il latte di origine animale con il latte di soia; quindi:

preparazione della besciamella di soia

prendere un tocchetto (diciamo 40 g) di margarina e farlo sciogliere a fuoco lento in un tegamino con il fondo spesso (altrimenti bruciamo tutto prima di cominciare!), appena sarà sciolto aggiungiamo, mescolando con una frusta manuale, 1 cucchiaino di farina bianca e mescolare fino a quando la farina non avrà assorbito la margarina e verrà fuori un composto più solido.

Pasta COL forno

Scritto da chiara chiaramonte

a questo punto iniziare a versare, poco per volta il latte di soia a temperatura ambiente e ammorbidire il composto, fare assorbire il latte e aggiungerne ancora un po' fino ad ottenere la consistenza della besciamella desiderata (più o meno densa) e aggiungere un pizzico di noce moscata mescolando. spegnere il fuoco e lasciare riposare qualche minuto.

intanto facciamo cuocere la quantità di pasta che ci serve, ad esempio io per 4 persone preparo non più di 350 g di pasta, sapendo che se resta, l'indomani è ancora più buona!
e mi raccomando ANELLETTI! altrimenti che pasta COL forno è!? :D

una volta cotta e scolata la pasta, in una grossa pentola (va bene anche quella dove abbiamo cotto la pasta) mescolare appunto pasta e un po' di ragù, al fine di non fare incollare gli anelletti, e alla fine aggiungere ancora ragù e un mestolo di besciamella per condire la pasta.

passiamo alla teglia: prendiamone una delle dimensioni adatte e unghiamola con margarina e spolveriamo di pangrattato. versiamo poi la pasta condita dentro la teglia. il condimento, per chi lo desidera, può anche includere formaggi come mozzarella, parmigiano grattugiato, emmenthal o altro.

una volta versata la pasta nella teglia e spianata, appoggiamo dei piccoli strati di margarina su buona parte della superficie e poi spolveriamo con pangrattato e se vogliamo del parmigiano grattugiato.

infornate in forno preriscaldato fino a quando non si creerà una crosticina dorata sulla vostra pasta COL forno. poi spegnete il forno e lasciate riposare anche un'ora se ne avete la possibilità in modo che lo sformato si assesti un po'.

servite con orgoglio, e buon appetito!

Pasta COL forno

Scritto da chiara chiramonte

