

## SFORMATO DI PASTA E CAVOLFIORE

### Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (10 cucchiaini)
- vino bianco (10ml)
- alici (140g)
- 6 cipolle
- cavolfiore (1000g)
- Parmigiano Reggiano (100g)
- cataneselli (320g)

### Come si prepara

Lavare un cavolfiore grande e tenero e lessarlo a testa in giù in una pentola con acqua bollente salata.

Scolarlo molto al dente e tagliarlo a pezzetti.

Conservare l'acqua di cottura del cavolfiore che servirà per cuocervi la pasta.

Frattanto soffriggere nell'olio uno spicchio d'aglio; una volta rosolato toglierlo e aggiungere le alici salate perfettamente pulite e sminuzzate, facendole dissolvere nell'olio.

Aggiungere le cipolle tagliate sottilissime e far cuocere, per 5 minuti a fuoco medio, sfumando con un filo di vino bianco.

Aggiungere il cavolfiore e far insaporire per qualche minuto a fuoco vivace.

Cuocere la pasta, ottimi i "cataneselli" e scolarla molto al dente, basterà la metà del tempo di cottura indicato sulla confezione.

Condire la pasta con metà della salsa di cavolfiore e disporla in una teglia unta d'olio alternando strati di pasta con strati di cavolfiore e parmigiano grattugiato.

Infornare fino a quando sulla superficie si formerà una leggera crosta.

Servire calda. Ma anche fredda è buonissima!

**Difficoltà: 2**



**Tempo:** 45

## **Tags**

sformati, timballi, sformato, pasta corta, Sformato di pasta e cavolfiore

