Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Pasta al forno con verdure

Pasta, patate, riso & co.
Per utilizzare gli avanzi di pasta cotta, pomodori troppo maturi, verdure e formaggio
Sformati ed altri piatti salati cotti al forno
Ricetta basata su un'idea del Centro Tutela Consumatori Utenti

Ingredienti per 4 persone:

- verdure avanzate (zucchine, melanzane, ecc.) o funghi
- pomodori troppo maturi (o polpa di pomodoro a pezzetti)
- 1 cipolla
- olio per friggere
- sale
- pepe
- erbe fresche o essiccate
- ad lib. panna o formaggio cremoso
- 400 g di qualsiasi pasta cotta
- formaggio avanzato (formaggio a pasta semidura, mozzarella, parmigiano, sottilette ecc.)

Preparazione:

Lavate, pulite e tagliate le verdure e i pomodori. Sbucciate e tritate finemente la cipolla e soffriggetela in una padella con un po' di olio. Aggiungete prima le verdure dalla consistenza più soda e rosolatele, per ultimi i pomodori. Condite con sale, pepe ed erbe. Se disponibile, aggiungete un po' di panna o formaggio cremoso a piacere. Unite la pasta (già cotta) alle verdure e versate il tutto in una teglia da forno unta. Grattugiate grossolanamente il formaggio o tagliatelo a cubetti, a seconda della varietà, e cospargetelo sulla pasta. Cuocete in forno a 200°C per circa 20 minuti.

Tempo di preparazione: ca. 40 minuti.

Variazione vegana:
per la pasta al forno vegana, rinunciate alla panna o ai formaggi. A seconda dei gusti, cospargete un po' di sugo di pomodorosulla pasta prima di infornarla o insaporitela con un filo d'olio d'oliva.