

OLIO CUORE

Gnocchi di grano saraceno, Pesto alla Genovese classico Cuore e zucchine



Quando l'estate è alle porte, è il momento di portare in tavola piatti freschi, leggeri e deliziosi come i nostri gnocchi di grano saraceno con **Pesto alla Genovese Cuore**, pomodori e zucchine. Ogni ingrediente è stato pensato per regalarti **il massimo del gusto con il minimo del colesterolo**, solo **53,7 mg** per porzione. Per questo motivo la ricetta è anche **povera di grassi saturi**; infatti, sostituendo i grassi saturi con quelli insaturi si riduce il colesterolo. Il nostro pesto poi è preparato solo con **basilico italiano**, **Grana Padano DOP** e **Olio Cuore**, ricco di acido linoleico che aiuta a mantenere i normali livelli di colesterolo. Questo piatto è **perfetto anche per chi è intollerante al glutine**, perché il grano saraceno così come le patate per preparare gli gnocchi ne sono completamente privi.

Ingredienti

- 800 g di patate
- 220 g di farina di grano saraceno
- 1 uovo
- Sale Iposodico Cuore
- 200 g di zucchine
- 100 g di pomodorini
- Pesto alla Genovese classico Cuore
- Olio di Mais Cuore

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 50"**
- **Persone: 4**

Preparazione

- Cuocere le patate con la buccia in acqua leggermente salata per circa 40 minuti. Infilzandole con uno stuzzicadenti dovranno risultare morbide all'interno.

Scolarle e lasciarle intiepidire.

Eliminare la pelle e schiacciarle nello schiacciapatate, facendole cadere su un piano di lavoro.

Unire alle patate la farina di grano saraceno, l'uovo e il Sale Iposodico Cuore



- Impastare velocemente in modo da formare un impasto omogeneo.

Formare dei sottili filoncini con un poco di impasto alla volta.



- Ritagliare gli gnocchi. Distribuirli man mano su un vassoio di cartone infarinato.



- Tagliare le zucchine a spicchi sottili.

In una larga padella fare saltare le zucchine e i pomodorini a metà per 1-2 minuti con qualche cucchiaino di Olio Cuore e un pizzico di Sale Iposodico Cuore.



- Lessare gli gnocchi in acqua bollente salata e scolarli man mano che vengono a galla, raccogliendoli con una paletta forata. Versarli nel tegame con le verdure.

Unire il Pesto alla Genovese classico Cuore e mescolare delicatamente.

Servire a piacere con parmigiano a scaglie.



La ricetta è stata preparata con:



Pesto alla Genovese senza Aglio