



Penne

con filetti di sgombro e pesto alla rucola



Ingredienti (per 4 persone)

300 g di penne

250 g di **Filetti di sgombro in olio d'oliva Rizzoli**

Pesto alla rucola:

1 mazzetto di rucola

1 cucchiaio di parmigiano grattugiato

½ spicchio d'aglio piccolo

7 mandorle

3 cucchiai di olio extra vergine d'oliva

Sale

Preparazione

Nel mortaio pestate la rucola con un appunto di aglio e le mandorle. Controllate di sale e condite con il formaggio e tre cucchiai d'olio.

Lessate la pasta e scolatela al dente. Passate in padella le penne con il pesto di rucola e i Filetti di sgombro in olio d'oliva.

Tempo di esecuzione

20 minuti



VALORI NUTRIZIONALI A PORZIONE

Calorie	448 Kcal/1872 Kj
Proteine	3,00 g
Carboidrati	8,50 g
Grassi	2,25 g

