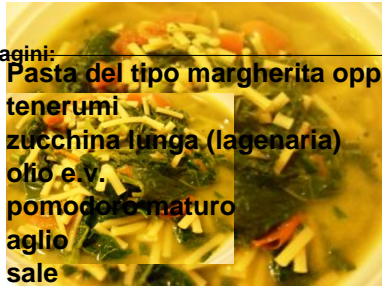


---

## PASTA COI TENERUMI

Autore: Mamma

La classica, come la faceva mia madre



Altre immagini:

Pasta del tipo margherita oppure linguine o anche spaghetti

tenerumi  
zucchina lunga (lagenaria)  
olio e v.  
pomodoro maturo  
aglio  
sale

---

### Preparazione

Mondare e lavare tenerumi e zuccina, tagliare a pezzi grossolani le foglie e a quartini la zuccina quindi, in abbondante acqua bollente e salata, immergere le due verdure. Nel frattempo in un tegame a parte preparare un soffritto di olio, aglio e pomodoro a pezzetti (pick-pack). Far cuocere il pick-pack per qualche minuto aggiungendo acqua dei tenerumi nel caso si asciugasse troppo. Scolare le verdure e passarle sotto acqua fredda per mantenerne verde l'aspetto, utilizzare l'acqua di cottura dei tenerumi per allungare il soffritto quindi portare a ebollizione e aggiungere la pasta precedentemente spezzettata con le mani. Pochi minuti prima della fine cottura della pasta aggiungere le verdure. Servire bollente da scottare la lingua.

---

### Note

Questa è la ricetta classica che preparava mia madre e che molti palermitani seguono, ma io potevo mai esimermi dal metterci le mani e apportare qualche modifica ? La tentazione è stata forte. In breve, per la cottura dei tenerumi, ho adottato la pratica delle cotture brevi in poca acqua. Le foglie, risultanti da due mazzi di tenerumi, le ho tagliate e suddivise in tre parti, cuocendole in una pentola dove avevo in precedenza portato a bollore dell'acqua salata. La cottura l'ho limitata a circa 3 o 4 minuti, ogni volta uscivo il blocco cotto e, nella stessa acqua, immergevo il nuovo. Infine, l'acqua di cottura l'ho aggiunta alle verdure e messa da parte in attesa di unire il tutto alla pasta. Grazie alla breve cottura ed all'uso della stessa poca acqua, il contenuto di clorofilla dei tenerumi, si è mantenuto altissimo, permettendomi di evitare il loro raffreddamento con ghiaccio o acqua fredda. Il risultato è stato ottimo, l'acqua di cottura era intorbidita da un potente verde smeraldo e il sapore della verdura si era moltiplicato per diverse volte. Sicuramente una modifica positiva, quindi, cultori della pasta coi tenerumi, tenetela in conto.

<b>Tempo di preparazione</b>	45 min	<b>Difficoltà</b>	Facile
<b>Porzioni</b>	1 porzione	<b>Spesa</b>	
<b>Nazione/Regione</b>		<b>Costo per porzione</b>	

