



LA BELLE VIE

# Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

## Orechiette aux cime di rapa

Pour 2 personnes | Très facile

23 min | **1.76€** La portion (prix indicatif)



Une recette de pasta surprenante qui nous vient des Pouilles et qui vous fera découvrir les cime di rapa : des pousses de chou brocoli rave, un vrai délice que l'on ne trouve pas facilement sur les étals des primeurs.

### Les ingrédients

- **600 g** de Cima di rapa
- **150 g** de Pâte Orecchiette
- **2 gousses** de Ail
- **3 pièce** de Filet d'anchois à l'huile
- **50 g** de Pecorino

### Étapes de préparation



**Préparation** : 8 min



**Cuisson** : 15 min



**Attente** : 0 min

- 1 Faites bouillir un grand volume d'eau salée (env. 2 L avec 2 càs de gros sel) dans une casserole large.
- 2 Pendant ce temps, préparez les 600 g de cime di rapa. Enlevez les grosses tiges centrales, en ne conservant que les feuilles et les fleurs. Si certaines feuilles sont trop grandes (ex. : la taille de votre main), déchirez-les grossièrement pour avoir des morceaux plus petits. Rincez les feuilles et les fleurs.
- 3 Quand l'eau bout, plongez-les dans l'eau bouillante et faites cuire 2 min.
- 4 Après 2 min de cuisson, ajoutez 150 g d'orecchiette dans la casserole avec les cime di rapa.

Continuez la cuisson entre 7 et 8 min jusqu'à ce que les pâtes soient cuites.

Note : les cime di rapa doivent cuire 10 min dans l'eau. Si vous utilisez des pâtes fraîches qui nécessitent moins de temps de cuisson, alors ajoutez-les dans la casserole de manière à ce que les pâtes et les légumes finissent de cuire en même temps.

- 5 Pendant que les pâtes cuisent, hachez finement 2 gousses d'ail.  
Astuce : utilisez une râpe.
- 6 Faites chauffer 2 grosses càs de l'huile d'olive (ou moins selon vos préférences) dans une petite poêle à feu moyen.  
Quand elle est chaude, baissez sur feu doux. Ajoutez l'ail haché et les filets d'anchois. Faites cuire quelques minutes en mélangeant et en écrasant les anchois.
- 7 Quand l'ail commence à dorer, arrêtez la cuisson et mettez de côté.
- 8 Quand la cuisson des pâtes est terminée, égouttez les cime di rapa et les orecchiette en conservant les légumes et pâtes dans la casserole avec env. 2 louches d'eau de cuisson dans le fond
- 9 Ajoutez dans la casserole un filet d'huile d'olive, l'ail et 3 filets d'anchois que vous avez mis de côté.
- 10 Faites cuire à feu fort quelques minutes en mélangeant. Le but est qu'une partie des cime di rapa se réduise en purée et forme une "sauce".
- 11 Quand les pâtes sont enrobées de cime, poivrez généreusement et faites cuire quelques secondes de plus.  
Note : vous n'avez normalement pas besoin de saler car les anchois et l'eau de cuisson des pâtes le sont déjà. Et vous allez ajouter du fromage qui salera encore plus ;)
- 12 Servez immédiatement dans vos assiettes.  
Râpez du pecorino (ou du parmesan) sur vos pâtes et redonnez quelques tours de moulin à poivre, ce plat se mange bien poivré ;)