SPAGHETTIS D'ÉPEAUTRE AUX CALAMARS ÉPICÉS, FLEURS DE CITROUILLE ET RICOTTA SALÉE

Categoria: Premier plats **Tempo di preparazione:** 25 minutes **Difficoltà:** medio

Ingredienti per 4

- 8 fleurs de citrouille
- Huile d'olive extra vierge au goût
- 1 gousse d'ail
- 3 piments verts forts
- 320 g de spaghettis à l'épeautre
- 320 g de calamars nettoyés
- 100 g de ricotta salée râpée

Un plat qui combine la saveur intense des spaghettis d'épeautre, des souvenirs anciens à la délicatesse des calamars épicés, la délicatesse des fleurs de citrouille et, pour une touche supplémentaire, la ricotta salée. Un plat gourmand !

Difficulté : **moyen**
Coût : **moyen**
Temps de préparation : **25 minutes**
Portions : **4 personnes**

Préparation

Coupez les fleurs de citrouille en lanières. Dans une poêle, dorez les calamars dans de l'huile d'olive extra vierge avec l'ail et les piments. Pendant ce temps, faites cuire les spaghettis dans une grande quantité d'eau salée et égouttez-les al dente.

Terminez la cuisson des pâtes à la poêle en ajoutant les calamars et les fleurs de citrouille et en remuant quelques minutes.

Ajoutez beaucoup de ricotta salée râpée et servez. Bon appétit !