



# ASPARAGI CON NOCCIOLE E TIMO

*Ispirata da Myriam Sabolla in "La stagione vegetale"*

## INGREDIENTI

- 300 g di asparagi
- un mazzetto di timo fresco
- 70 g di nocciole sgusciate e pelate
- 50 g di burro
- sale
- pepe

## CURIOSITA'

Se volete acquistare nocciole di qualità e italiane sapete che costano qualcosa in più, ma potete risparmiare comprandole con "la pelle". Poi sbuciarle sbollentandole un minuto in acqua bollente, raffreddandole sotto un getto di acqua fredda e poi asciugandole. Ora si sbucceranno in un attimo!

## PROCEDURE

01

Mondate gli asparagi eliminando la parte legnosa in fondo (tenetela per un brodo), lavateli e asciugateli.

02

Tritate le nocciole grossolanamente al coltello. Sciacquate e asciugate il timo e poi sfogliatelo.

03

Scaldare il burro in una pentola antiaderente e ponetevi le nocciole, le foglie di timo e rigiratele. Dopo cinque minuti unite gli asparagi, fateli rosolare da tutti i lati e continuate la cottura rigirandoli spesso.

04

Dopo circa 8 minuti (o quando saranno belli morbidi ma non disfatti) spegnete la fiamma., aggiustate di sale e di pepe e servite subito... buon appetito!