

Soba noodles con bietole rosse e gialle, cocco e anacardi

Sempre parlando di mercati e di cose buone ed insolite scovate durante le mie scorribande con marito al seguito, ci sono anche queste **bietole**, ingrediente primario del primo piatto di oggi, che ora vi vado a raccontare.

Era il giorno in cui mi apprestavo a comprare le mie prime zucchine gialle (ricordate [questo post](#), vero?!)... ed ecco che la mia attenzione, sul favoloso banco di frutta e verdura del mercato di via Fauchè, oltre che da loro ovviamente, viene catturata anche da alcuni mazzetti di **bietole** variopinte e colorate, **rosse e gialle**, mai viste prima!

Sì, lo so che adesso qualcuno dirà: come, non le avevi mai viste?!

Beh, sì lo ammetto...queste proprio mancavano al mio repertorio...
...e siccome quest'anno sto assaggiando [un sacco di nuove verdure](#) di cui non conoscevo l'esistenza...

...detto fatto, in un battibaleno son finite nel sacchetto insieme alle zucchine e ad altre cosine buonissime...ma dico, pensavate forse che le avrei lasciate lì?!

Giammai!!!

Quindi prese e subito utilizzate per un piattino semplice e goloso, di cui mia figlia va letteralmente matta: un primo piatto a base di **soba noodles** (che sono finissimi spaghetti di grano saraceno), con tante belle **bietole** e **carote affettate**, **salsa di soia**, **latte di cocco**, e un tocco di **anacardi tostati** a completare il tutto.

Veloce da fare, si gusta in altrettanta velocità e...a noi è piaciuto un sacco!



Padella in [alluminio antiaderente Le Creuset](#)

Che ne dite, non sono bellissimi i colori di queste bietole?! Credetemi, me ne ero invaghita al punto tale che quasi mi dispiaceva tagliarle e cucinarle, ma tanta era anche la curiosità di provarle per capire se in qualche modo si differenziavano dalle classiche tradizionali a costa bianca...e vi dico che no, nessuna differenza a livello gustativo, ma un po' di colore nel piatto comunque l'hanno portato!

Penstieri e pasticci - 2016



E poi anche stavolta ho trovato il pretesto per far mangiare la verdura alla “piccola” di casa (piccola...è ormai più alta di me, ma a livello anagrafico lo rimane sempre e comunque!), facendola pasticciare ai fornelli con me, e...beh, questo piattino ci ha soddisfatte, lo riproporremo sicuramente.

Diciamo che siamo state un po' sulla falsa riga di [questa ricetta](#), assolutamente squisita, cucinata un po' di tempo fa...abbiamo variato qualche ingrediente, ma il risultato anche questa volta è stato super!

Provare per credere... ☐





Beh, che dire?!

Piatto ricco, mi ci ficco!

Provatele e son certa che vi piacerà...

...non è nulla di speciale, ma ogni tanto un tocco etnico ci vuole sulla tavola...

E poi i noodles di soba a noi piacciono, piacciono un sacco!

Vabbè, ora è giunto il momento di salutarvi, le settimane qui corrono alla gran più bella: in men che non si dica è quasi volato anche luglio, vi rendete conto?!

Un abbraccio, buon fine settimana e buona vacanza a ci ci andrà...

Io ci sono sempre e non vi lascio, almeno per ora!

...a lunedì con una nuova e golosa ricettina.

Alla prossima!

Simona