# RICETTE PER UNA SANA ALIMENTAZIONE

## SPAGHETTI DEL PROFESSORE

- 320g di spaghetti integrali
- 5 cucchiai di miele di acacia
- 2 bustine di zafferano
- 200g di ricotta
- 1 arancia
- 4 cucchiai di olio EVO
- pochissimo sale

Unisci la ricotta, lo zafferano, il cucchiaino di miele (cominciate da uno se non siete abituati ai sapori agro-dolci), un filo di olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale. Mescoliamo il composto con una frusta allungandolo con un goccio d'acqua finché non diventa omogeneo, dopodiché andiamo a riscaldarlo sul fuoco: attenzione a non farla sobbollire.
Cuoci la pasta al dente, scola e raffreddala con acqua. Unisci la pasta al sugo, mescola e aggiungi scaglie di arancia, un filo di olio e un po' di pepe nero.