Fettuccine con capesante, asparagi e fiori di zucca

Ingredienti per 4 persone:

300 gr.di fettuccine
8 capesante
400 gr.di asparagi verdi
8 fiori di zucca
5 cucchiai di olio evo
sale e pepe

Preparazione

Aprite le capesante e pulitele bene tenendo la parte bianca del mollusco e il corallo, lavatele e tagliatele a fette. A parte, pulite i fiori di zucca togliendo i pistilli interni.
Lavate gli asparagi e asciugateli, pareggiateli ed eliminatene la parte finale dei gambi più coriacea. Con l'aiuto di un pelapatate, sbucciate gli asparagi, partendo da sotto la punta a scendere, tagliate gli asparagi a losanghe mantenendo integre le punte.
In una padella versate 5 cucchiai di olio, unite gli asparagi, del sale e del pepe, un mestolo di acqua, coprite e fate cuocere a fuoco medio. Quando gli asparagi si saranno stufati unite le capesante, i fiori di zucca e fate cuocere a fuoco vivace per 4 minuti circa.
Nel frattempo, cuocete la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela e versatela nella padella con il condimento, mescolate bene e se necessario aggiungete un mestolo di acqua di cottura. Cospargetela con del pepe e servite.