

Bucatini al ragù di pesce spada spada

I **bucatini al ragù di pesce spada** sono un primo piatto di pasta preparato con un sugo veloce a base di pesce spada, pomodoro, olive e spezie. Sono veramente deliziosi.

Per la preparazione dei **bucatini al ragù di pesce spada** preferire dei pomodorini di qualità, meglio se pelati, conservati in succo di pomodoro. Io solitamente utilizzo i datterini pelati, veramente ottimi in questa preparazione.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **490Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 100 g di pesce spada in trancio
- 4 olive verdi
- 4 olive nere
- 4 filetti di acciuga sott'olio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- 200 g di pomodorini pelati conservati con succo di pomodoro
- Sale
- Origano
- 160 g di bucatini
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Sciacquare il trancio di pesce spada sotto acqua corrente, togliere la pelle e, se presente, la lisca. Tagliarlo a piccoli cubetti di 1 cm di lato.
- Snocciolare le olive e spezzettarle grossolanamente.
- Scolare le acciughe dall'olio e tamponarle con carta da cucina per togliere il liquido in eccesso.
- In una capace padella mettere l'olio, gli spicchi d'aglio spellati e le acciughe.
- Accendere il fuoco e far soffriggere a fiamma vivace fintanto che l'aglio non si sarà ben dorato.
- Unire il pesce spada, mescolare e farlo dorare uniformemente.
- Aggiungere le olive e far cuocere per un paio di minuti mescolando di frequente, quindi unire i pomodorini con il loro succo di conservazione, un pizzico abbondante di sale, una manciata di origano.
- Amalgamare bene gli ingredienti, lasciar riprendere il bollore, coprire e cuocere per 5 minuti a fiamma media.
- Spegnerne e tenere coperto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata, scolarla molto al dente e saltarla nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente con una generosa macinata di pepe.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

