

Pasta al tonno rossa

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **465Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 2 filetti di acciuga
- 4 olive verdi
- 4 olive nere
- 50 g di tonno sott'olio (peso sgocciolato)
- 200 g di Polpa di pomodoro a cubetti o pelati
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- Origano
- Timo
- Sale
- 160 g di pasta
- Pepe



PREPARAZIONE

- Scolare i filetti di acciuga e tamponarli con carta da cucina. Tritarli grossolanamente con la mezzaluna su un tagliere.
- Snocciolare le olive ed affettarle o tagliarle grossolanamente.
- Sgocciolare il tonno e spezzettarlo con una forchetta.
- Se si utilizzano i pomodori pelati, spezzettarli grossolanamente, conservando anche parte del loro succo di governo.
- In una capace padella mettere l'olio, gli spicchi d'aglio spellati e l'acciuga e far ben dorare su fiamma media.
- Unire il tonno, le olive, amalgamare qualche istante, quindi unire il pomodoro, una manciata di origano, una di timo ed un pizzico di sale.
- Cuocere per una decina di minuti a fiamma dolce, quindi spegnere.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente con un'abbondante macinata di pepe.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Linguine, spaghetti, spaghetti alla chitarra, bucatini.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

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