

Spaghetti cozze e mare

Gli **spaghetti cozze e mare** sono un piatto semplicissimo da preparare, dove il sapore delle cozze è l'unico a dominare il piatto, appena accompagnato da altri sentori di prezzemolo, pepe, aglio, olio. E' la ricetta della mia nonna napoletana, che quando comprava le cozze le stringeva in un telo strette strette per evitare che si aprissero e che lasciassero uscire l'acqua contenuta al loro interno, che doveva andare più possibile nel piatto. Mentre le legava mi ripeteva sempre che nel piatto ci doveva finire "o' mar" :-)

Per preparare gli **spaghetti cozze e mare** servono cozze vive, appena acquistate, dal guscio strettamente chiuso e belle pesanti. Vanno inoltre accompagnate da uno spaghetti di Gragnano che tenga bene la cottura, poroso e dal sapore molto delicato. Seguite ogni passaggio attentamente... e sentirete che sapore!

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **430Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

Per la preparazione delle cozze

- 500 g di cozze
- 4 rametti di prezzemolo
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- Pepe nero macinato al momento

Per completare la preparazione

- 160 g di pasta tipo spaghetti o linguine
- Olio extravergine di oliva
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

Preparazione delle cozze

- Pulire le cozze lavandole accuratamente sotto acqua corrente. Raschiare la superficie esterna della conchiglia per rimuovere eventuali incrostazioni, staccare il bisso stratonandolo.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente. Io uso la mezzaluna su un tagliere.
- Mettere in una capace pentola l'olio, le cozze, il prezzemolo tritato, l'aglio spellato e una generosa macinata di pepe.
- Porre sul fuoco a fiamma vivace, coprire e attendere che le cozze si aprano. Generalmente occorrono 5 minuti. Mescolare di tanto in tanto.
- Quando le cozze si sono aperte, sgusciarle mettendo tutti i molluschi in una ciotola, quindi coprirli.
- Recuperare l'acqua di cottura mettendola in una ciotola. Inclinare la pentola da un lato e prelevarla a cucchiainate, lasciando sul fondo eventuale sabbia e impurità.

Per completare la preparazione

- Mettere in una padella antiaderente le cozze e aggiungere 3 cucchiai di acqua di cottura per ogni commensale.
- Mettere il coperchio e tenere sul fornello a fiamma spenta.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e scolarla molto al dente. Calcolare almeno un paio di minuti in meno del tempo indicato.
- Prima di scolare la pasta ricordarsi di aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Terminare la cottura della pasta a fiamma media nella padella del condimento per qualche minuto, girando di continuo, meglio se con due forchettoni di legno.
- Il fondo di cottura deve restringersi e attaccarsi alla pasta. Verso la fine di questa procedura aggiungere un filo d'olio a crudo e pepe nero appena macinato.
- Servire immediatamente.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni



AUTORE

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

I consigli di Barbara

Se avete una buona esperienza in cottura della pasta e vi è avanzata acqua delle cozze potete aggiungerla quando l'acqua bolle al posto del sale. A seconda della sua quantità e sapidità decidete se aggiungere o meno anche del sale grosso. E' un equilibrio molto delicato, la pasta non deve essere ne insipida, ne troppo salata.