



PASTA

Bucatini sarde e finocchietto alla siciliana



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

20 MIN



TEMPO DI COTTURA

25 MIN



CALORIE

740K

NOTE

20 MINUTI DI AMMOLLO

INGREDIENTI

360 g di Bucatini

320 g di Sarde piccole gi pulite

280 g di Finocchietto selvatico

4 Filetti di acciuga dissalati

40 g di Uvetta

20 g di Pinoli

100 g di Pangrattato

1 Cipollotto

1 spicchio di Aglio

1 cucchiaio raso di Concentrato di pomodoro

1 bustina di Zafferano

Peperoncino

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per soffriggere)

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per rosolare)

Sale

Preparazione

- Mettete l'uvetta in ammollo in acqua tiepida per circa 20 minuti.
- Lavate con cura le sarde e sciacquate le acciughe.
- Mondate il finocchietto, eliminate le parti dure e lessatelo in abbondante acqua bollente salata per 7-8 minuti. Poi prelevatelo con un colino e rimettete l'acqua su fuoco dolce (servirà per cuocere la pasta).
- Nel frattempo, tritate il cipollotto e fatelo soffriggere con un fondo di olio in una padella capiente, per 4-5 minuti a fuoco basso. Aggiungete quasi tutte le acciughe (conservatene una da parte) e lasciatele sciogliere, mescolando con un cucchiaio di legno.
- Unite l'uvetta strizzata, i pinoli spezzettati e un po' di acqua della pasta, poi mandate a fiamma dolce per 2 minuti.
- Sciogliete lo zafferano in poca acqua calda e unitelo al sugo, condite con un po' di pepe nero, un pizzico di peperoncino e il concentrato di pomodoro.
- Aggiungete le sarde, il finocchietto tritato grossolanamente e fate cuocere per 3-4 minuti, girandole a metà cottura. Unite ogni tanto un po' di acqua di cottura per la pasta, poi spegnete e tenete in caldo.
- A questo punto calate i bucatini nell'acqua di cottura aromatizzata.
- Fate rosolare l'aglio in camicia (cioè con la buccia) schiacciato, in una padella con un filo di olio, su fiamma bassa per 1-2 minuti. Togliete l'aglio, aggiungete l'acciuga rimasta e fatela sciogliere, poi unite il pangrattato e lasciatelo tostare.
- Scolate i bucatini al dente e passateli qualche secondo nel sugo di sarde, aggiungete il pangrattato, fate insaporire e servite.

Carla Marchetti

I consigli di Carla

- Invece del pangrattato sbriciolate del pane avanzato di un giorno, levando la crosta e lasciando dei pezzetti tritati in modo un po' più grossolano.
- Se volete, potete unire metà pangrattato e spolverizzare il resto sulla pasta prima di servire.