



Strozzapreti ai frutti di mare

18 Aprile 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
25 MIN



TEMPO DI COTTURA
20 MIN



CALORIE
720K

NOTE
2 ORE DI SPURGO

INGREDIENTI

360 g di Strozzapreti freschi

600 g di Vongole

800 g di Cozze

400 g di Pomodorini

2 spicchi di Aglio

10 cl di Vino bianco secco

Prezzemolo fresco

Peperoncino fresco

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Preparazione

- Sciacquate le vongole e lasciatele spurgare in acqua leggermente salata per almeno 2 ore.

- Pulite le cozze ed eliminate quelle rotte o parzialmente aperte. Strappate via il filamento (bisso) che fuoriesce e raschiate i gusci con uno spazzolino o con un coltello; via via che le pulite mettetele in una ciotola con acqua fredda, infine sciacquatele sotto l'acqua corrente.
- Mettete le cozze in una casseruola capiente, copritele e fatele aprire a fiamma vivace, scuotendo di tanto in tanto la casseruola. Quando si aprono, toglietele con una schiumarola e mettetele da parte.
- Scolate e risciacquate le vongole, trasferitele nella stessa casseruola su fuoco vivace. Via via che si aprono mettetele da parte. Filtrate il liquido rilasciato con un colino e tenetelo da parte.
- Nel frattempo lessate la pasta e lavate e tagliate a metà i pomodorini; spezzettate il peperoncino.
- In una padella capiente (tipo saltapasta) fate soffriggere, con un fondo di olio, il peperoncino e l'aglio 'vestito' (cioè con la buccia) e schiacciato, a fuoco basso per un paio di minuti, facendo attenzione che quest'ultimo non diventi troppo scuro.
- Sfumate con il vino, poi versate qualche cucchiaio dell'acqua dei molluschi tenuta da parte e lasciatela restringere. Unite i pomodorini preparati, lasciateli saltare per 3-4 a fiamma vivace e alla fine completate con del prezzemolo fresco ed eliminate l'aglio.
- Aggiungete le cozze e le vongole, lasciatele insaporire per circa 1 minuto: Verificate la sapidità e, se necessario, regolate di sale.
- Scolate la pasta piuttosto al dente, trasferitela nella padella con il sugo e fatela insaporire per qualche secondo a fuoco vivace, aggiungendo eventualmente ancora poca acqua dei molluschi. Guarnite con foglie di prezzemolo e servite subito.

Carla Marchetti