

PRIMI PIATTI

Fregola con arselle e bottarga

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sardegna](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



INGREDIENTI

- 1 kg e 400 g circa di arselle già pulite
- 360 g di fregola
- 2 bustine di zafferano
- 5 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- poco prezzemolo
- poco peperoncino
- 4 cucchiaini di bottarga di muggine.

PREPARAZIONE

- 1 Tritare il prezzemolo e l'aglio.

In una padella mettete l'olio, il prezzemolo, l'aglio, il peperoncino e fate soffriggere.



2 Unite le arselle.



3 Fate cuocere fino a quando non si aprono bene.



- 4 In una pentola mettete abbondante acqua fate bollire quindi unite lo zafferano e poco sale.



- 5 Unite la fregola e fate cuocere per 5 minuti.



6 Nel frattempo togliete le arselle più piccole dalle conchiglie.

Una volta cotta la fregola versatela nella padella dove ci sono le arselle e fate saltare un pò insieme.

Impiattare e spolverizzare con la bottarga.

