

PRIMI PIATTI

Maccheroncini allo sgombro e tonno

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

2 sgombri
pomodorini
1 zucchini
aglio
olio
prezzemolo
sale
250 g di maccheroncini (pennette
sedanini
ecc.)
1 scatola di tonno.

PREPARAZIONE

1 Ecco gli sgombri utilizzati per questa ricetta:



- 2 Cuocere gli sgombri al forno con i pomodorini, la zucchina, l'aglio, l'olio, il prezzemolo ed il sale.



- 3 Cuocere per 1/2 ora a 200°C.

Cuocere la pasta, scolarla e mantecare con una scatoletta di ottimo tonno.



4 Aggiungere gli sgombri ed il loro sughetto, spolverando con altro prezzemolo.

