

PRIMI PIATTI

# Pasta con le sarde

---

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

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)

---



La **pasta con le sarde** è un piatto **tipico** della **cucina siciliana**, che viene preparato tradizionalmente durante la **quaresima** e in **particolare nel Giovedì Santo**, giorno in cui i siciliani seguono la tradizione di mangiare piatti a base di pesce.

La pasta con le sarde è un **piatto molto saporito e aromatico**, che si ispira alla tradizione culinaria araba, se ti ispirano questi abbinamenti di sapori meravigliosi e mediterranei, ti consiglio di seguire la nostra ricetta con il passo passo fotografico, porterai in tavola un piatto per il quale tutti ti saranno grati!

[Ecco altre ricette adatte al periodo della quaresima](#)

## INGREDIENTI

FINOCCHIETTO SELVATICO 1 kg  
SARDE 500 gr  
BUCATINI 400 gr  
CIPOLLE 2  
ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO 6  
PINOLI 50 gr  
UVA PASSA 50 gr  
MANDORLE 50 gr  
ZAFFERANO 1 bustina  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

- 1 Metti sul fuoco la pentola con l'acqua per cuocere la pasta, salala e portala a bollore, prima di cuocere la pasta lessaci i finocchietti, basteranno 5 minuti.



**2** Lava, toglì la testa e la spina centrale delle sarde, aprile tenendole unite per il dorso. Trita i finocchietti e soffriggili con le cipolle tritate, le acciughe diliscate, il pepe, i pinoli, lo zafferano, l'uva passa, l'olio e metà delle sarde.





**3** Lessa i bucatini nell'acqua dei finocchietti, scolali e amalgamali con due terzi della salsa preparata precedentemente.

Mentre la pasta si cuoce, abbrustolisci le mandorle per 10 minuti sotto al grill del forno, poi tritale e aggiungile alla pasta con il resto delle sarde e della salsa.

