

PRIMI PIATTI

Penne rucola e calamari

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

240 g di penne
300 g di calamaretti
1 cipolla media
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 mazzetto di rucola tritata
1/2 bicchiere di vino bianco secco
2 cucchiari di olio extravergine d'oliva
sale
pepe.

PREPARAZIONE

1 Far cuocere la pasta in abbondante acqua salata.



2 Intanto, in una padella dal fondo antiaderente, scaldare l'olio, aggiungere la cipolla tritata.



3 Dopo un paio di minuti, unire i calamaretti puliti e lavati.



4 Tritare la rucola



5 e aggiungerla nella padella.



6 Irroarare con mezzo bicchiere di vino bianco,



7 lasciarlo evaporare, quindi aggiungere un pizzico di pepe e far cuocere a fuoco lento per 15-20 minuti.

Tenere d'occhio la cottura: scolare le penne quando sono al dente.

Unirle ai calamari in padella.



8 Mescolare bene



9 e servire in un piatto con del prezzemolo.

