

PRIMI PIATTI

Spaghetti con tonno e limone

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **molto bassa** PREPARAZIONE: **2 min** COTTURA: **12 min** COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



Gli spaghetti con tonno e limone sono un piatto **semplice, veloce e delizioso**, perfetto per un **pranzo leggero e saporito**. La ricetta è davvero **semplice** e richiede solo **pochi ingredienti** di utilizzo comune e non avrai bisogno di grandi abilità culinarie particolari per realizzarli.

La **cottura** degli spaghetti con tonno e limone è **rapida**; in circa 20 minuti potrai portare in tavola e gustare un piatto fumante. Il connubio tra il tonno, il limone e la pasta crea un **primo piatto** dal **sapore fresco e mediterraneo** che conquisterà tutta la famiglia, anche le persone di gusti difficili.

Gli ingredienti per gli spaghetti con tonno e limone

sono facilmente reperibili ed economici. **Gli spaghetti con tonno e limone sono una ricetta perfetta per un pranzo gustoso, nutriente, economico e facile da preparare. Non ti resta che provarli!**

Ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Spaghetti alla Nerano](#)

[Spaghetti alla caprese](#)

[Spaghetti alle acciughe](#)

[Spaghetti alla marinara](#)

[Spaghetti con l'erba cipollina](#)

COSA SERVE PER FARE GLI SPAGHETTI CON TONNO E LIMONE

SPAGHETTI 400 gr

TONNO IN SCATOLA al naturale - 240 gr

LIMONE succo - 1

SCORZA DI LIMONE grattugiata -

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE a

piacere -

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

COME SI PREPARANO GLI SPAGHETTI CON TONNO E LIMONE

1 Il bello di questa ricetta è che puoi preparare il condimento mentre la pasta cuoce. Quindi metti sul fornello una pentola con abbondante acqua e portala a bollore, insaporiscila con un pugno di sale grosso e poi cuoci gli spaghetti per i minuti riportati sulla loro confezione.

Mentre la pasta cuoce, lava e trita un ciuffo di prezzemolo. Lava un limone e ricavane la scorza e il succo. Lava un peperoncino, rimuovi il gambo e i semi, infine taglialo a pezzettini.





2 Prendi una padella nella quale avrai versato un filo d'olio extravergine di oliva, metti a rosolare il peperoncino e dopo pochi secondi aggiungi il tonno.

Lascia rosolare gli ingredienti insieme qualche minuto, mescola con un cucchiaio di legno e cerca di spezzettare il tonno, poi sfuma con il succo del limone.

Aggiungi un mestolo di acqua di cottura della pasta e lascia cuocere a fuoco medio per qualche minuto.





3 Quando la pasta è cotta al dente, scolala e mettila nella padella con un mestolo di acqua di cottura.

Aggiungi il prezzemolo tritato, la scorza di limone, un filo di olio extravergine di oliva a crudo e mescola per bene.





- 4 Quando la pasta e il condimento saranno ben legati tra di loro, impiatta gli spaghetti con tonno e limone, spolverizza ogni porzione con una grattugiata di pepe nero appena macinato e servi.



5 VARIANTI DELIZIOSE DEGLI SPAGHETTI CON TONNO E LIMONE

Spaghetti con tonno, limone e capperi: aggiungi un tocco di sapidità e piccantezza al piatto con i capperi. Puoi usarli sia freschi, sott'aceto o sotto sale, dopo averli sciacquati in acqua fresca.

Spaghetti con tonno, limone e olive: le olive nere o verdi conferiscono un sapore mediterraneo ancora più intenso agli spaghetti. Scegli le olive che preferisci e aggiungile al condimento durante la cottura. Puoi usarle sia intere che tritate, ti consiglio comunque di usare olive denocciate.

Spaghetti con tonno, limone e peperoncino: per gli amanti dei sapori piccanti, il peperoncino è un ingrediente irrinunciabile. Raddoppia la dose della nostra ricetta e aggiungilo fresco tritato, con i suoi semi, o in polvere a seconda dei tuoi gusti.

Spaghetti con tonno, limone e menta: la menta fresca dona un tocco di freschezza e profumo al piatto. Aggiungila al condimento a crudo poco prima di servire.

Spaghetti con tonno, limone e pesto: se ti piace il pesto, puoi utilizzarlo per creare una variante saporita e cremosa degli spaghetti con tonno e limone. Unisci un cucchiaio di pesto al condimento e mescola bene.