

PRIMI PIATTI

Tagliolini mediterranei

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

400 g di tagliolini
2 peperoni gialli
1 peperone rosso
400 g di pomodori
1 scatola da 180 g di tonno al naturale
4 acciughe di salamoia
un pezzetto di cipolla di Tropea o bianca
1 spicchio d'aglio
basilico fresco
una manciata di capperi piccoli in salamoia
2 peperoncini verdi non molto piccanti
olio di oliva extra vergine.

PREPARAZIONE



- 2 Lavare accuratamente gli ortaggi, le acciughe ed i capperi, mondare l'aglio e inciderlo a croce, un pezzetto di cipolla, pelare i pomodori e svuotarli dei semi e dell'acqua in eccesso. Tagliare a cubetti i peperoni gialli e in sottili striscioline quello rosso, a rotelline i peperoncini verdi dopo aver tolto i semini.



- 3 Frullare finemente i peperoni gialli con la cipolla, sale e 4 cucchiaini di olio.



- 4 Cuocere contemporaneamente: la purea gialla a fuoco medio, il peperone rosso con 200 cc circa di acqua ed un pizzico di sale a fuoco vivace, cominciare a riscaldare l'acqua per la pasta.



- 5 Quando il peperone rosso sarà quasi cotto, occorrono 15 minuti circa, aggiustare di sale ed aggiungere nella padella il tonno sbriciolato, aggiungere l'acqua necessaria per altri 10 minuti di cottura.



- 6 Ritirata tutta l'acqua, mettere da una parte della padella il composto, mentre nell'altro lato sistemare il pomodoro spezzettato, l'aglio, e metà delle rotelline di peperoncino, irrorare di olio ambedue i composti, alzare la fiamma e spostare la padella in maniera che il peperone rosso prenda il calore e che i pomodorini soffriggano vivacemente. Intanto portare a ebollizione l'acqua della pasta e controllare la purea gialla, che a questo punto dovrebbe essere cotta, buttare la pasta nell'acqua con un cucchiaio di olio, disporre la purea gialla sul piatto, tenendolo in caldo.



- 7 Unire la pasta cotta al composto nella padella, scartare l'aglio e mescolare il tutto rapidamente a fuoco spento.



- 8 Nel frattempo disporre il basilico e le acciughe arrotolate nel piatto



9 Impiattare, guarnire con i capperi e le rimanenti rotelle di peperoncino.



NOTE