

PRIMI PIATTI

Trofie con gamberi e vongole alla menta

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** COSTO: **medio** REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Le **trofie con gamberi e vongole alla menta** sono un ottimo primo piatto che dovete assolutamente provare. Anche se l'abbinamento vi sembra azzardato questa ricetta invece è molto gustosa, fresca e gradevole, magari da presentare in un'abellata cena a base di pesce d'estate. La menta infatti conferisce al piatto un tocco di freschezza che non guasta davvero. La pasta fresca invece aggiunge del brio che non stona per niente. Provate questa ricetta e se vi è piaciuta scrivetecelo nel box dei commenti. Se come noi poi amate le vongole, vi invitiamo a realizzare anche la ricetta delle vongole al [tabasco](#): buonissime!

INGREDIENTI

TROFIE 400 gr

GAMBERETTI 500 gr

VONGOLE 500 gr

ZUCCHINE 3

MENTA 1 ciuffo

SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la ricetta delle trofie con gamberi e vongole alla menta, la prima operazione da fare è mettere le vongole in una ciotola con acqua e sale, per drenarle dalla sabbia. Tagliare a rondelle le zucchine e cuocerle in una larga padella, dopo aver fatto imbiondire l'aglio, tagliato in due (mi è più facile toglierlo) nell'olio, per circa 10 min.



2 Aggiungere i gamberetti e cuocere per altri 5 min.



- 3 Poi le vongole (che avrete lavato sotto l'acqua corrente per eliminare eventuali impurità) e la menta tritata, a fuoco vivo per altri 10 minuti e comunque sino a quando si sarà asciugato il liquido di cottura, aggiustare di sale.



- 4 Lessare le trofie in abbondante acqua e per il tempo di cottura indicato, versarle nel condimento e rigirarle per ben amalgamare il tutto. Impiattare e guarnire con foglioline di menta.



CONSIGLIO

Posso utilizzare gamberi sia freschi che surgelati?

Sì andranno bene entrambe le categorie.

Ma potrei utilizzare altri formati di pasta?

Certo, ti consiglio la pasta lunga.

Potrei aggiungere anche i fiori delle zucchine?

Sì, si sposano benissimo!