

ANTIPASTI E SNACK

# Lumachine di mare al sugo

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa** / Italia

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **10 min**    COTTURA: **45 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**

---



C'è chi le ama e chi le odia! A noi piacciono davvero tanto! Le lumachine di mare al sugo sono un antipasto gustosissimo, semplice e non troppo costoso. Questo piatto è inoltre molto versatile, lo potete sia presentare come piccolo antipasto accompagnato da crostini di pane, lo potete utilizzare come sugo per un primo piatto di pasta e, vedete un po', lo potete anche proporre come secondo piatto accompagnato da una polenta appena fatta.

Insomma, preparatene in quantità e vedrete che non ne rimarrà mezza!

## INGREDIENTI

LUMACHE DI MARE 1 kg

PASSATA DI POMODORO 400 gr

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE GROSSO manciata - 1

SALE

## PREPARAZIONE

**1** Lavate molto bene le lumachine, scolatele e trasferitele in una pentola capiente.





**2** Aggiungete tanta acqua fredda da coprirle e oltrepassarle di due dita, quindi unite una manciata di sale grosso. Incoperchiate la pentola e portate a bollore.

Una volta spiccato il bollore contate 20 minuti di cottura.





**3** A questo punto iniziate la preparazione del sugo: fate soffriggere in padella in un bel giro d'olio extravergine un trito di aglio e prezzemolo. Aggiungete un pezzetto di peperoncino se piace.

Quando il soffritto sfrigolerà per bene, aggiungete la passata di pomodoro e lasciate insaporire per 3 minuti circa.







4 Quando il sugo inizia a bollire aggiungete le lumachine scolate dal brodo di cottura e

mescolate. Lasciate cuocere a fuoco basso per 15-20 minuti o fino a che il sugo non si sia ristretto fino alla densità desiderata: un po' più lenta se è per condire una pasta, un po' più densa per essere servita su dei crostini di pane.



**5** Regolate di sale a fine cottura, quindi insaporite con del prezzemolo tritato.

Servite con del pane abbrustolito e una spolverata di prezzemolo.



