

PRIMI PIATTI

Fettuccine calamari e vongole

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **20 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Fettuccine calamari e vongole: un primo piatto di pesce gustoso e leggero. Non crediate che per preparare questo piatto serva chissà quale scienza!

Tutt'altro! Basta seguire le indicazioni date nel video, tra le quali l'uso del liquido di cottura delle vongole ben filtrato, e vedrete che riuscirete a stupirvi di voi stessi!

Un piatto ben equilibrato sia nei sapori che nell'apporto di nutrienti, perfetto anche per le occasioni più importanti per "impressionare" i vostri amici o familiari. Se amate questi ingredienti

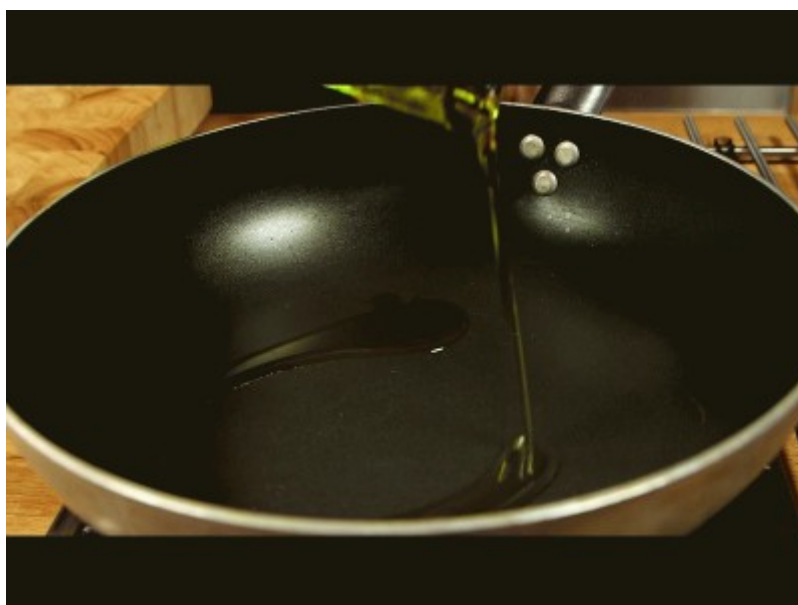
provate a fare anche i calamari in [tegame](#):
buonissimi!

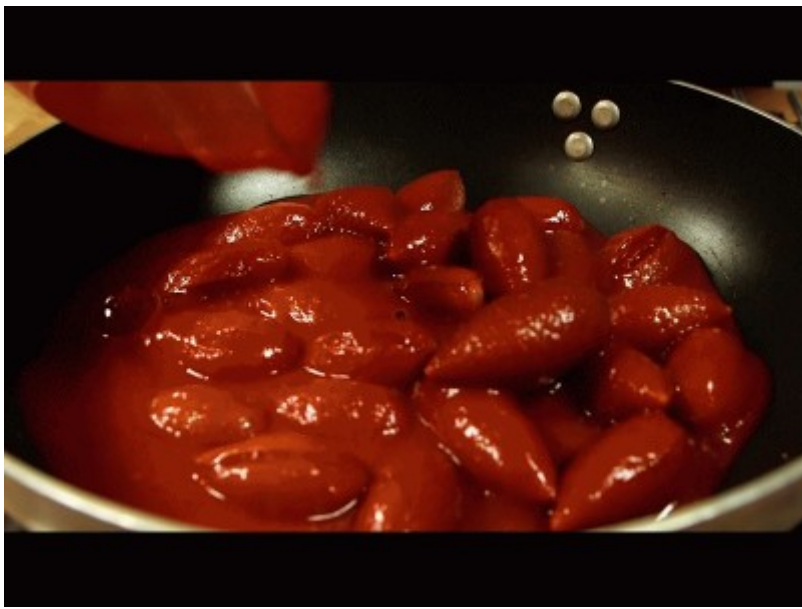
INGREDIENTI

FETTUCCINE FRESCHE 600 gr
VONGOLE 300 gr
CALAMARO 300 gr
POMODORINI PELATI TORPEDINI 500 gr
SPICCHIO DI AGLIO 3
PEPERONCINI PICCANTI facoltativo - 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per fare le fettuccine calamari e vongole, per prima cosa scaldate un giro d'olio in una padella ed unitevi i pomodorini pelati della varietà Torpedino.





- 2** Iniziate a schiacciarli per ridurli in una purea grossolana, quindi frullateli per rendere il sugo più liscio.



- 3** Tritate finemente gli spicchi d'aglio con il prezzemolo ed unite il trito aromatico alla padella con il sugo.



4 Lasciate restringere il sugo a fuoco moderato.

Aggiungete, successivamente, i ciuffi dei calamari e le teste tagliate ad anelli.



5 Scaldare in un'altra padella un giro d'olio, unite le vongole e fatele aprire a padella coperta.



- 6 Quando saranno tutte ben aperte, prelevatele dalla padella con un cucchiaio forato e trasferitele in una ciotola.



- 7 Unite alle vongole anche il sughetto di cottura ben filtrato.



8 Trasferite le vongole con tutto il loro sughetto nel sugo di pomodori e calamari.



9 Lasciate insaporire bene il sugo, nel frattempo stendete la pasta all'uovo in una sfoglia sottile.

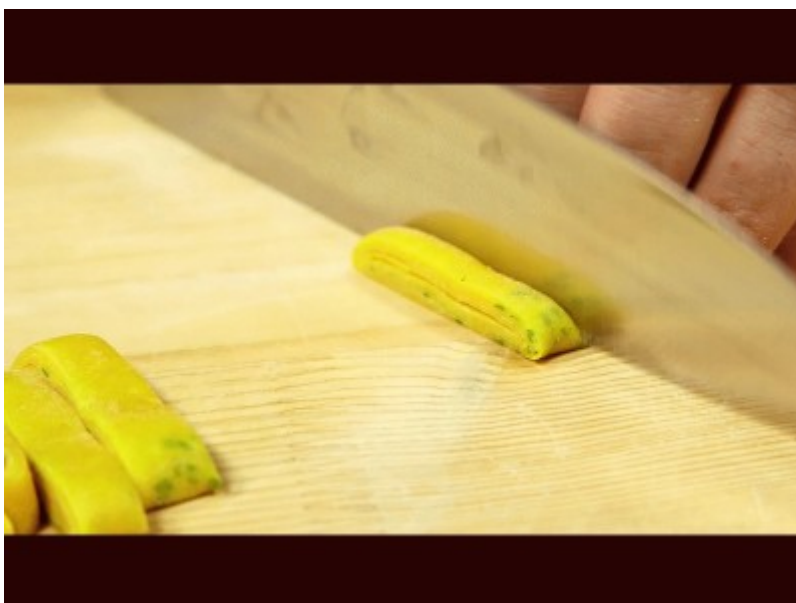


10 Distribuite delle foglie di prezzemolo sulla sfoglia, coprire con un'altra sfoglia e passare il tutto nella sfogliatrice fino a raggiungere lo spessore desiderato.





- 11 Arrotolare la sfoglia aromatizzata al prezzemolo e tagliarla in fette regolari per ottenere delle fettuccine.



- 12 Portate a bollire una pentola d'acqua salata, aggiungetevi un filo d'olio d'oliva, tuffatevi la pasta e fatela cuocere per un paio di minuti.



- 13** Scaldate il sugo in padella aggiustando di sale, unite la pasta cotta al dente, una spolverata di prezzemolo tritato e saltate il tutto.



- 14** Servite le fettuccine con un'ulteriore spolverata di prezzemolo tritato, una macinata di pepe e un giro d'olio a crudo.



CONSIGLIO