

PRIMI PIATTI

## Fusilli Mare Nostrum

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **30 min**    COTTURA: **30 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



### INGREDIENTI

400 g fusilli  
400 g calamari  
400 g cozze spagnole  
400 g vongole veraci  
200 g pomodorini pachino  
200 g rucola  
100 g brodo di pesce liofilizzato  
1 bustina zafferano  
aglio  
peperoncino  
sale  
olio extravergine di oliva  
vino bianco

### PREPARAZIONE

**1** Lavate bene la rucola, privatela completamente dei gambi ed inseritela in un frullatore con olio e sale fino ad avere un pesto ben amalgamato e compatto.

Lavate bene le cozze e le vongole, mettetele in una tegame e fatele aprire.

Fate bollire il brodo di pesce in un pentolino ed unite al termine la bustina di zafferano.

In una padella antiaderente mettete olio, sale, uno spicchio d'aglio ed i calamari tagliati.

Fate rosolare, togliere l'aglio e portate al termine della cottura i calamari sfumandoli leggermente con vino bianco.

A cottura terminata aggiungete nella padella i pomodorini di pachino tagliati a metà, le cozze e le vongole.

Cuocete a fuoco vivo per circa 5 minuti.

Al termine della cottura dei fusilli, uniteli al pesce e saltate in padella a "fuoco vivo", unire lo zafferano sciolto nel brodo e il pesto di rucola.

Mantecate fino al parziale ritiro del liquido di cottura, servite caldo.