

PRIMI PIATTI

Spaghetti con tonno e funghi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 30 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Gli spaghetti con tonno e funghi costituiscono un primo piatto leggero e ricco di sapore. Un maremonti molto semplice e anche economico, da preparare anche tutti i giorni.

Il sugo si prepara davvero nel tempo di cottura della pasta ed il risultato è gustosissimo!

Per quanto riguarda l'utilizzo dei funghi, noi abbiamo scelto degli champignons che si possono trovare più o meno tutto l'anno, ma nulla vi vieta di divertirvi utilizzando funghi diversi e di stagione.

INGREDIENTI

SPAGHETTI 400 gr

CIPOLLE 1

SPICCHIO DI AGLIO 1

FUNGHI CHAMPIGNON (A. BISPORUS)
200 gr

TONNO SOTT'OLIO 200 gr

VINO BIANCO ½ bicchieri

PREZZEMOLO 1 ciuffo

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

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 2

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Mettete subito gli spaghetti a lessare in abbondante acqua salata in piena ebollizione.



- 2 Tritate la cipolla e mettetela a soffriggere in padella con un bel giro d'olio extravergine d'oliva insieme anche ad uno spicchio d'aglio.





- 3 Nel frattempo pulite e affettate grossolanamente i funghi champignons, quindi uniteli in padella facendoli cuocere a fuoco vivace.



- 4 Sfumate con il vino bianco facendo evaporare a fiamma vivace.



5 Salate il sugo, aggiungete il tonno ed il prezzemolo tritato finemente.





- 6 Non appena gli spaghetti sono cotti al dente, prelevateli dall'acqua di cottura e trasferiteli in padella con il sugo.



- 7 Fate saltare brevemente la pasta nel sugo aggiungendo un mestolo d'acqua di cottura della pasta per legare bene il tutto.



- 8 Togliete l'aglio e aggiungete a piacere del peperoncino rosso tritato finemente.



9 Servite gli spaghetti ancora caldi, aggiungete in ogni piatto una spolverata di prezzemolo fresco tritato e un giro d'olio extravergine a crudo.

