

PRIMI PIATTI

Spaghetti con uova sode

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Spaghetti con uova sode sono in piatto molto semplice da fare che si realizza con pochissimi ingredienti e che è alla portata di tutti, anche di chi non è molto esperto in cucina. Questa ricetta non solo è semplicissima da fare ma è anche tanto tanto economica. Una bella idea da portare a tavola quando si hanno poche idee e tanta fame. Le acciughe i capperi donano sapidità e si sposano in maniera perfetta con la dolcezza delle uova, il contrasto è davvero incredibile. Il sapore del piatto finale ricorda un po' quello delle uova tonnate essendoci in effetti un po' di elementi in comune.

Ma voi sapete come si fanno le uova sode perfette?

In effetti non è così semplice come si può pensare. È

forse una delle prime preparazioni che si impara quando ci si avvicina le prime volte in cucina. Per quanto tempo si devono bollire? Si devono mettere in acqua prima che bolle o subito dopo? Da quando poi deve ripartire il conteggio? Quanti minuti esatti si deve contare per ottenere la giusta consistenza? In effetti spesso si ottiene un tuorlo non perfetto o troppo liquido o troppo cotto che può virare anche al verde. Seguendo i nostri consigli invece verranno praticamente perfette e buonissime. Una volta che avrete imparato a farle nel modo giusto potrete poi sbizzarrirvi con la fantasia e potrete farle in mille modi diversi: farcite, con l'insalata e perché no vi torneranno utili anche per fare i canestrelli. Le uova poi sono molto sostanziose e ricche di sostanze nutritive come i minerali e le proteine. Un ingrediente sostanzioso che però non appesantisce.

Per farle in maniera perfetta mettete le uova in un pentolino con acqua fredda, facendo in modo che la stessa acqua le sovrasti.

Da quando spicca il bollore poi contate 9 minuti, e poi potete toglierle dall'acqua. Passatele sotto l'acqua fredda e poi potete sbucciarle. Se volete evitare che si rompino durante la cottura potete aggiungere all'acqua un cucchiaino di aceto. Questo piccolo trucchetto vi aiuterà a mantenere integro il guscio.

Se poi vi piacciono in modo particolare ecco altre ricette con le uova, in questo modo potrete utilizzarle nei modi più diversi!

[uova con la scamorza](#)

[uova strapazzate](#)

[uova purgatorio](#)

INGREDIENTI

SPAGHETTI 400 gr

UOVA 4

CAPPERI SOTT'ACETO SGOCCIOLATI 40 gr

ALICI SOTT'OLIO SGOCCIOLATE 28 gr

SPICCHIO DI AGLIO 1

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PEPE

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare gli spaghetti con uova sode, prima di tutto lessate le uova. Immergete le uova in un pentolino con acqua fredda. Portate a bollore e lasciate lessare per 7-8 minuti circa. Trascorso il tempo di cottura, allontanate il pentolino dal fuoco e lasciate raffreddare le uova, poi scusciatele e mettetele da parte.



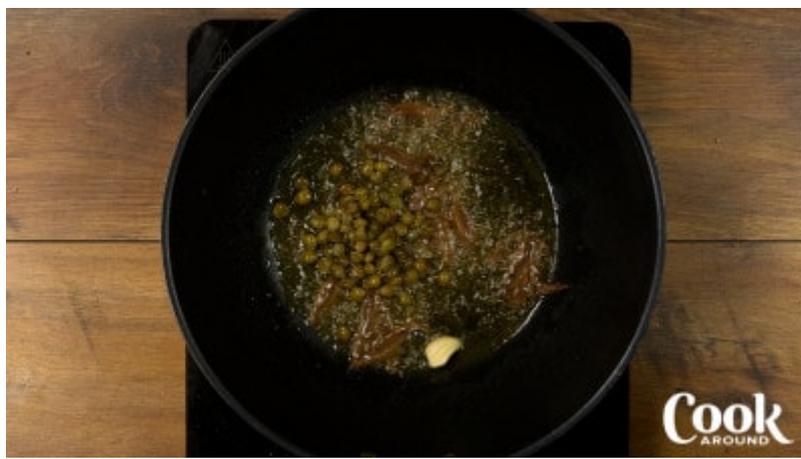


- 2** Portate a bollore in una capace pentola dell'acqua, salatela leggermente e, mettete a cuocere gli spaghetti. Come al solito, portate a cottura al dente.



- 3** Mentre gli spaghetti si stanno cuocendo occupatevi della preparazione del condimento: scaldate in una padella un filo d'olio extravergine d'oliva. Aromatizzate l'olio con lo spicchio d'aglio. aggiungete in padella i capperi e le alici. A fiamma medio-bassa fate insaporire bene e, lasciate cuocere fino a quando i filetti di alici si saranno completamente disciolti, quindi eliminate l'aglio.





4

Una volta che gli spaghetti avranno raggiunto la cottura al dente, scolateli direttamente nella padella con il condimento appena preparato. Preparate un trito abbondante di prezzemolo e, aggiungetelo in padella. Se necessario aggiungete anche poca acqua di cottura della pasta. Saltate e lasciate amalgamare bene il tutto.





5 Impiattate e servite con un uovo spezzettato sopra ad ogni porzione e se gradite anche una macinata di pepe.

