

PRIMI PIATTI

Spaghetti semi-integrali ai calamari e pistacchi con olio aromatizzato allo zenzero

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

SPAGHETTI semi integrali - 400 gr

CALAMARETTI 400 gr

ZENZERO 4 cm

PISTACCHI 50 gr

ZAFFERANO 1 gr

ALLORO 1 foglia

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

SPICCHIO DI AGLIO 1

SALE

PEPE NERO

CERFOGLIO 1 ciuffo

PREPARAZIONE



- 2 Pulire accuratamente i calamaretti, staccare i tentacoli e tagliare la sacca in rondelle grossolane. In una padella scaldiamo dell'olio con uno spicchio intero di aglio e una foglia di alloro. Appena preso calore aggiungiamo i calamari e annaffiamo con un bicchiere di vino bianco secco. Pochi minuti di cottura (il tempo di far evaporare il vino) e regoliamo di sale.



- 3 In un pentolino mettiamo l'olio, un cucchiaino di zenzero grattugiato, lo zafferano e un paio di cucchiari del fondo dei calamari.

Cuociamo fuoco dolce e spengiamo appena lo zenzero è sciolto.



- 4 Tritiamo finemente i pistacchi (senza tostarli).
Saltiamo gli spaghetti con i calamari.
Impiattiamo spolverando di pistacchi e serviamo con l'olio aromatico.



