



## Linguine con le sardine

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Sardine Sott'Olio

### Ingredienti per quattro persone

- 80g di linguine
- 1 confezione di Sardine all'Olio di Oliva Rio Mare
- 1 cucchiaio di polpa di pomodoro
- 1 cipolla piccola
- 20g di finocchietto selvatico
- 10g di uvetta sultanina
- 10g di pinoli
- 10g di olio
- 1/2 bustina di zafferano
- sale

### Procedimento

1. Metti a bagno in poca acqua calda l'uvetta. Porta a ebollizione acqua salata con il finocchietto. Quando l'acqua inizia a bollire cuoci per 2 minuti il finocchietto, scolalo, tritalo e versa la pasta nella stessa acqua di cottura.
2. Rosola la cipolla in una padella con l'olio, unisci la polpa di pomodoro, lo zafferano, l'uvetta sgocciolata, i pinoli, e cuoci per 5 minuti. Aggiungi le sardine e il finocchietto tritato, regola di sale e diluisci con 2 cucchiaini di acqua di cottura della pasta.
3. Scola la pasta al dente, versala nella padella con il condimento, mescola tutto sul fuoco per un minuto e servi.

Per un pasto completo ed equilibrato:

Abbina alle linguine 80g di bresaola tagliata sottile, disposta su di un letto abbondante di rucola e 1 frutto fresco.

Un piatto tradizionale, ricco di sapore e nutrimento.



## Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

### Il consiglio dello Chef

I grandi chef hanno sempre dei piccoli trucchi per trasformare una semplice ricetta in un piccolo capolavoro di gusto. Quali? Controllare di avere a disposizione gli strumenti e gli ingredienti giusti e compiere tutti quei piccoli gesti che aiutano la creatività in cucina.

Scopri i segreti di Rio Mare!

### Finocchietto

Utilizza abbondante finocchietto selvatico sbollentato e tritato per condire le sarde: un matrimonio di sapori ideale!

### Zafferano

Una minima quantità di zafferano è sufficiente per conferire un sapore inconfondibile ai piatti a base di riso, pesce, verdure. Ricorda che quello in polvere deve essere aggiunto due minuti prima del termine di cottura invece quello in pistilli va aggiunto almeno 10 minuti prima.

### Uvetta

Aggiungi una manciata di uvetta e di mandorle al tuo cous cous prima di accompagnarlo alla carne e alle verdure. È la variante magrebina per i giorni di festa.