



Mezze maniche con verza, sgombro e paprika affumicata

Tempo: 30 min

Difficolta': 2

Prodotto: Filetti di Sgombro Sott'Olio

Ingredienti per 4 persone

- 320 g di mezze maniche integrali- 1 verza- 2 confezioni di Filetti di Sgombro Rio Mare all'Oliod'Oliva da 125 g- 1 spicchio d'aglio- Paprika affumicata a piacere- 4 cucchiari di olio extravergine d'oliva- Un pizzico di sale- Pepe nero appena macinato

Procedimento

Portate a bollore abbondante acqua leggermente salata e fatevi cuocere la pasta. Nel frattempo, tagliate la verza a stiscioline, stufatela in un wok insieme a uno spicchio d'aglio in camicia, un poco d'acqua, un paio di cucchiari di olio extravergine d'oliva e la paprika affumicata, finché non diventa tenera. Una volta raggiunta una cottura al dente, scolate la pasta, risciacquatela sotto acqua fredda per ridurre il rilascio degli amidi e ultimate la cottura nel wok insieme alle verze. Servite dopo aver disposto in superficie i filetti di sgombro gocciolati e divisi in scaglie con le mani e condito con due cucchiari di olio extra vergine d'oliva.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI