



Spaghetti con pomodorini croccanti

Tempo: 45 min

Difficolta': 2

Prodotto: Filetti di Sgombro all'Olio d'Oliva

Ingredienti per 4 persone

- 400g di pomodorini ciliegia- 300g di spaghetti integrali- 4 confezioni di Filetti di SgombroRio Mare all'Olio di Oliva da 125g- 40g di pane grattugiato integrale ofarina di mais- 5 cucchiaini di olio extra verginedi oliva- 1 cucchiaino di origano- 1 spicchio di aglio- 20g di olive nere taggiaschedenocciolate- 1 rametto di origano fresco- Sale

Procedimento

- Scaldate il forno a 220° e portate contemporaneamente a ebollizione una pentolad'acqua abbondante. Vista la presenza in questa ricetta delle olive e dell'origano, none' necessario salare eccessivamente l'acqua di cottura. Tagliate a meta' i pomodorinie sistemateli in una pirofila con l'aglio tagliato a fette; insaporiteli con origano espolverizzateli con il pane grattugiato. Conditeli con l'olio e fateli cuocere nel fornoper circa 20 minuti.

- Fate cuocere gli spaghetti e, una volta raggiunta una cottura "al dente", scolateli (un consiglio: per ridurre il rilascio degli amidi, sciacquateli subito sotto l'acqua fredda). Condite quindi con i pomodorini gratinati e il loro sughetto.- Aggiungete infine i filetti di sgombro divisi in piu' pezzi e le olive. Guarnite con organofresco prima di servire.



Le Ricette di Rio Mare

PER TUTTE LE OCCASIONI