

# Pasta spada e pomodorini

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 100 g di pesce spada in trancio
- 150 g di pomodorini semiseccchi sott'olio
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- Sale
- 100 ml di vino bianco secco
- 20 g di olive nere taggiasche snocciolate
- Origano
- 160 g di pasta
- Pepe nero macinato al momento



## PREPARAZIONE

- Sciacquare il trancio di pesce spada sotto acqua fresca corrente, eliminare la pelle, la lisca e tagliarlo a cubettini.
- Tagliare i pomodorini a filetti.
- Mettere in una padella l'olio, l'aglio spellato e portare sul fuoco.
- Far dorare l'aglio su fiamma vivace, quindi unire i cubetti di pesce spada, un pizzico di sale e farli uniformemente colorire.
- Unire il vino bianco e farlo evaporare su fiamma vivace.
- Unire i pomodori, le olive, una manciata di origano e mescolare.
- Lasciare sul fuoco mescolando ancora per qualche minuto, quindi spegnere e coprire.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi accendere il fuoco.
- Saltare la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.
- Servire immediatamente con una macinata di pepe.

## PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Spaghetti, caserecce, maccheroncini.

## STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

### I consigli di Barbara

Questa pasta è ottima anche fredda. In tal caso scegliere un formato corto, lessarla come d'abitudine, scolarla al dente, disporla su un piatto molto largo, condirla con un filo d'olio, mescolarla e farla raffreddare uniformemente. Metterla quindi in una ciotola, unire il condimento, mescolare e lasciar riposare in frigorifero per almeno un'ora prima di servire. Ottima anche il giorno dopo!