

# Pasta al sugo di cozze

La **pasta al sugo di cozze** è un primo piatto di mare in cui il sapore caratteristico delle cozze viene messo in particolare risalto da un sugo di pomodoro leggero, aromatizzato con l'acqua di cottura dei molluschi.

La **pasta al sugo di cozze** è ottima se preparata con cozze fresche, di ottima qualità, ma vanno bene anche quelle di piccola dimensione. Io solitamente quelle più grandi le preparo al limone, oppure gratinate, mentre quelle più piccoline le riservo alla preparazione del sugo.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- 450Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **15 minuti**
- ricetta **light**

## INGREDIENTI

### Per la cottura delle cozze

- 500 g di cozze
- 4 rametti di prezzemolo
- 2 spicchi di aglio
- Pepe nero macinato al momento

### Per completare la preparazione

- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 100 g di passata di pomodoro
- Pepe nero macinato al momento
- Sale
- 160 g di pasta

## PREPARAZIONE

- Pulire le cozze lavandole accuratamente sotto acqua corrente. Raschiare la superficie esterna della conchiglia per rimuovere eventuali incrostazioni e staccare il bisso stratonandolo.
- Mettere le cozze in una capace pentola assieme ai gambi del prezzemolo, qualche spicchio d'aglio non sbucciato, una generosa macinata di pepe e porle sul fuoco a fiamma media.
- Attendere che si aprano, generalmente occorrono 5-7 minuti. Mescolare di tanto in tanto.
- Quando sono pronte sgusciarle e tenere da parte il liquido di cottura. Prelevarlo a cucchiainate dalla pentola lasciando le impurità sul fondo.
- Lavare le foglie di prezzemolo, tamponarle con carta da cucina per asciugarle e tritarle finemente assieme all'aglio spellato. Io uso la mezzaluna su un tagliere.
- In una capace padella mettere l'olio, il trito e farlo soffriggere a fiamma medio-bassa per pochi istanti, facendo molta attenzione a che l'aglio non bruci.
- Unire la passata di pomodoro, un paio di cucchiaini del liquido di cottura delle cozze, una macinata di pepe e lasciar cuocere a fiamma media per una decina di minuti. Proseguire la cottura se non si è sufficientemente ristretto perdendo acquosità.
- Assaggiare per regolare di sale, quindi unire le cozze e proseguire la cottura per altri 4-5 minuti. Spegnerle e tenere coperto.
- Lessare la pasta in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere qualche cucchiaino 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.

## PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Spaghetti, linguine, fusilli bucati lunghi, spaghetti alla chitarra.

## STAGIONE

Maggio, giugno, luglio, agosto, dicembre

## AUTORE

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

