

Spaghetti alle vongole

Gli **spaghetti alle vongole** sono una ricetta di mare tipica della tradizione napoletana, ormai diffusi in tutta Italia e diventati uno dei piatti più cucinati alla vigilia di Natale.

Gli **spaghetti alle vongole** sono caratterizzati da pochi e scelti ingredienti in grado di far risaltare il sapore unico e caratteristico delle vongole, ma nonostante questo ne esistono numerose varianti e preparazioni piuttosto differenti. Noi vi proponiamo la nostra.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **420Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 500 g di vongole
- 6 rametti di prezzemolo
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Pepe nero macinato al momento
- 160 g di spaghetti
- Sale

PREPARAZIONE

- Lavare accuratamente le vongole sotto acqua corrente e metterle in una capace casseruola. Porle sul fuoco a fiamma vivace ed attendere che si aprano. Generalmente occorrono 5-7 minuti. Mescolare di tanto in tanto.
- Quando sono pronte sgusciarle lasciandone qualcuna intera per decorare e filtrare il liquido di cottura attraverso un colino a maglie fini, senza unire anche il fondo, dove si sarà depositata gran parte della sabbia.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere assieme allo spicchio d'aglio spellato.
- In una capace padella mettere l'olio, il trito e farlo appena soffriggere a fiamma dolce facendo molta attenzione a che l'aglio non bruci.
- Unire le vongole e mescolare accuratamente. Aggiungere 2 cucchiaini di liquido di cottura, far insaporire qualche istante, unire una macinata di pepe, spegnere il fuoco 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 un filo d'olio a crudo e decorare con foglie di prezzemolo.

STAGIONE

Maggio, giugno, luglio, agosto, dicembre

AUTORE

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

I consigli di Barbara

Il tempo di preparazione indicato non tiene conto dello spurgo delle vongole, procedura necessaria per eliminare i residui di sabbia. Occorre lasciarle a bagno in acqua e sale per due ore circa. La proporzione giusta è di un cucchiaino di sale ogni litro d'acqua.

