

Spaghetti allo scoglio del cuoco pigro



Volendo improvvisare una spaghetтата veloce e che non sia il solito *aglio, olio e peperoncino* a volte bisogna un po' arrangiarsi... ma volendo i risultati possono essere veramente strepitosi.

Questa volta, per una voglia improvvisa di spaghetti allo scoglio, ho proposto la versione del *cuoco pigro*!

In pratica, non avendo il tempo e la possibilità di correre in pescheria a procurarmi tutti gli ingredienti, pulirli e prepararli, ho fatto ricorso a una delle scorte del mio *magico freezer*: quella del misto di frutti di mare surgelato

(però... non uno di quei misti pronti con tutti gli ingredienti ridotti a pezzettini...).

E, chiaramente, per proseguire con le scorte surgelate, ho anche *prelevato* dalla mia scorta di [verdure per soffritto](#) e di [prezzemolo](#).

Confesso però che aglio e pomodorini erano freschi!

Quindi, recuperati un paio di filetti d'acciughe, del vino bianco e del concentrato di pomodoro, mi son messo all'opera.

Il tutto è stato preparato dal momento in cui l'acqua per la pasta è stata messa sul fuoco.

Pertanto, raccolti tutti gli ingredienti, iniziamo a cucinare!

Ingredienti, per due persone:

spaghetti (o linguine)	g	160
misto frutti di mare, ca.	g	200
olio EVO	CT.	2
aglio	spicchio	1
prezzemolo tritato	CT.	1
verdure per soffritto	CT.	2
filetti di acciughe	pz.	3
concentrato di pomodoro (facoltativo)	CT.	1
pomodorini	pz.	5
vino bianco	bicchiere	½

Il concentrato di pomodoro può essere messo in quantità minore o anche tralasciato: dipende dal proprio gusto.

E per quanto riguarda i filetti d'acciuga, per questi sughi io ne calcolo in genere uno per la padella e uno per commensale;

ma per un sapore di mare più marcato, se ne può sempre aggiungere!

Preparazione:

Mettere a bollire l'acqua e tritare l'aglio col prezzemolo. Quindi mettere l'olio in una padella adatta a far saltare la pasta e versarvi questo trito.

Appena l'acqua è a bollore, salarla e immergervi per qualche secondo, con un colino, il misto di frutti di mare; giusto il tempo di scongelare e scottare il misto mare.

Poi accendere il fuoco sotto la padella e gettare la pasta.

Mescolare a fuoco vivace il trito d'aglio e prezzemolo, senza farlo colorare o bruciare fino a che sprigiona tutto il suo profumo. Aggiungere il trito di verdure da soffritto e i filetti d'acciuga e mescolare bene.

Completare coi frutti di mare e il concentrato di pomodoro;

Versare il vino bianco e farlo sfumare continuando a mescolare a fuoco vivo.

Un minuto prima di scolare la pasta, aggiungere anche i pomodorini, tagliati a metà o in quattro a seconda delle dimensioni.

Scolare la pasta molto al dente e versarla subito in padella proseguendo la cottura, sempre a fuoco vivo, per un altro paio di minuti.

La pasta è pronta.

E ora, in tavola, direttamente dalla padella al piatto!

Buon appetito

SUGGERIMENTI E NOTE:

- *Qualcuno avrà notato che il sale è citato solo per l'acqua della pasta e non per il condimento. Non è una dimenticanza: le acciughe sono piuttosto salate e il misto mare è stato scottato nell'acqua salata in cui è stata poi cotta la pasta. È più che sufficiente, secondo me.*