

Cuciniamo insieme: spaghetti dell'Adriatico

Abbiamo preso dai nostri pescatori un sugo di mare semplice semplice che esalta i profumi del pescato e che si fa davvero in poco tempo. Il segreto di questa ricetta sta tutto nella freschezza del pesce. E non vi spaventate perché il conto non sarà salato.

Anche se in questo periodo cade più acqua dal cielo che non che quella possiamo agognare dalla battigia c'è venuta una prepotente voglia di pesce cucinato in maniera semplice, per annunciare ai sensi l'incipiente estate. Abbiamo così preso dai nostri pescatori un sugo di mare semplice semplice che esalta i profumi del pescato e che si fa davvero in poco tempo. ? quasi un'apoteosi del detto di Pellegrino Artusi: «Se non si ha la pretesa di diventare un cuoco di baldacchino, non credo sia necessario, per riuscire, di nascere con una cazzeruola in capo; basta la passione, molta attenzione e l'avvezzarsi precisi: poi scegliete sempre per materia prima roba della più fine, perché questa vi farà figurare». Ecco il segreto di questa ricetta sta tutto nella freschezza del pesce. E non vi spaventate perché il conto non sarà salato.

Ingredienti - 360 grammi di spaghettini di grano italiano, 400 grammi di seppie, 400 grammi di gamberi, 4 rane pescatrici mignon, 500 grammi di cozze, 250 grammi di pomodori datterini, 2 spicchi di aglio, un peperoncino, un mazzetto di prezzemolo olio extravergine di oliva e sale q.b.

Procedimento - Come prima cosa mettete in una padella uno spicchio d'aglio con mezzo bicchiere di acqua e fate aprire le cozze. Basteranno pochi minuti di calore. Ora scolatele e tenete da parte un po' del liquido. Lasciatele raffreddare. Nel frattempo pulite le seppie e sgusciate i gamberetti (le pescatrici mignon in pescheria ve le daranno già pulite). Fate le seppie a dadolini. In una capace padella mettete l'aglio rimasto, il peperoncino con quattro o cinque cucchiaini di extravergine a soffriggere a fuoco dolce. Saltate nel soffritto le seppie e allungate se serve con un po' dell'acqua di cottura delle cozze. Mettete a bollire l'acqua per gli spaghetti. Tagliate per il lungo i pomodorini e aggiungeteli alle seppie con i gamberetti e le piccole pescatrici. Fate andare cinque minuti aggiustando di sale. Mettete a cuocere gli spaghetti e nel frattempo sgusciate le cozze avendo accortezza di tenerne da parte alcune col guscio per decorazione e tritate finemente il prezzemolo. Unite al sugo di pesce le cozze. Quando la pasta è quasi cotta ritirate dal sugo le piccole pescatrici e mettetele da parte. Scolate la pasta e saltatela nel sugo di mare aggiungendo generoso prezzemolo tritato, un filo di olio extravergine a crudo e, se serve, aggiustate di sale.

Impiattate sistemando una pescatrice per ogni piatto e le cozze col guscio.

Come far divertire i bambini - Una volta che le cozze si sono intepidite date a loro il compito di sgusciarle.

Abbinamento - Noi abbiamo scelto un vino adriatico: la Cococciola abruzzese, un bianco molto profumato. Potete abbinare dalla Lugana alla Verdeca passando per Verdicchio, Trebbiano e Passerina tutti i vini bianchi che guardano a Est.