



PASTA CON I FILETTI DI SARDENA

Ingredienti:

350 gr. di pasta (a scelta)
 otto filetti di sardene sotto olio
 mezzo bicchiere di olio extravergine di oliva
 una noce di burro
 mezza cipolla
 due spicchi di aglio
 300 gr. di polpa di pomodoro
 un ciuffetto di prezzemolo

qualche oliva nera
 due cucchiaini di capperi
 un pizzico di paprica
 sale

<i>Difficoltà</i>	👩👩
<i>Tempo di preparazione</i>	10'
<i>Tempo di cottura</i>	15'

Soffriggere nell'olio extravergine di oliva e nel burro la cipolla tritata e l'aglio intero (che verrà poi tolto). Unire i filetti di sardena grossolanamente sminuzzati, i capperi tritati, le olive snocciolate, la polpa di pomodoro. Consumare per una decina di minuti, mettendo a fine cottura un pizzico di paprica. Saltare in padella la pasta, lessata al dente in acqua poco salata. Cospargere con il prezzemolo fresco tritato fine.

Renata Brighenti
 Porto di Brenzone

BIGOLI DEL NOSTROMO

Ingredienti:

350 gr. di bigoli (pasta fresca)
 sei filettini di sardena sotto sale
 sei cucchiaini di passato di pomodoro
 un cucchiaino di concentrato di pomodoro
 una dozzina di pomodorini interi
 olio extravergine di oliva
 uno spicchio di aglio
 sale e pepe

basilico
 peperoncino
 zucchero al bisogno

<i>Difficoltà</i>	👩👩
<i>Tempo di preparazione</i>	15'
<i>Tempo di cottura</i>	30'

Rosolare in olio extravergine di oliva i filetti di sardena sotto sale ed unire i pomodorini interi, il concentrato e il passato di pomodoro, l'aglio tritato, il basilico sminuzzato. Salare e pepare. Aggiungere a piacere peperoncino e un cucchiaino di zucchero, se necessario in relazione all'eventuale acidità del sugo. Cuocere a fuoco medio per circa mezz'ora. Scolare i bigoli fatti in casa e saltarli nella padella con il sugo preparato.

Adelio Aloisi
 Ristorante "La Taverna" - Pai di Sotto