

Pennette al tonno

Ricetta personale, semplice, rapida e “sfiziosa”



Preparare un trito con aglio, prezzemolo, capperi, olive (dopo averle snocciolate) e l'acciuga (non aggiungere sale)



Fase1

Dopo aver tolto l'olio, sminuzzare il tonno con una forchetta



Fase 2

In una pentola stretta ed a bordi alti aggiungere l'olio (4 cucchiaini), il trito ed il peperoncino Fare soffriggere a fuoco lento per circa 5 minuti, girando di tanto in tanto



Fase 3

Togliere il peperoncino ed aggiungere il tonno ed il pomodoro

Fase 4



Continuare la cottura sempre a fuoco lento per altri 5 minuti circa, girando il composto ogni tanto



Fase 5

Toglierlo

Aggiungere 4-5 cucchiaini dell'acqua calda della pasta e continuare la cottura per 1 minuto circa. Quindi versare la pasta (cotta a parte e dopo averla scolata bene) e ripassare il tutto per 1 minuto circa



Fase 6

Servire ben calda

Fase 7



Ingredienti per pennette al tonno

- **300 gr di pennette rigate**
- **1 confezione di tonno sott'olio da 80 gr**
- **1 spicchio di aglio**
- **1 ciuffo di prezzemolo**
- **1 cucchiaio di olive**
- **1/2 cucchiaio di capperi**
- **1 acciuga sott'olio o salata**
- **1/2 cucchiaio di salsa di pomodoro concentrato**
- **4 cucchiaini di olio extravergine**
- **4-5 cucchiaini di acqua calda con cui si è cotta la pasta**