

Spaghetti alla mediterranea

Ingredienti per 4 persone:

320 gr.di spaghetti
100 gr.di gamberetti
200 gr.di calamari
1/2 peperoncino
80 gr.di cipolla
40 gr.di olive nere
10 gr.di capperi
400 gr.di pomodori pelati
erbe aromatiche
olio evo
sale e pepe

Preparazione

Pulite i calamari e tagliateli a rondelle e togliete il carapace ai gamberetti. In una casseruola versate quattro cucchiaini di olio, la cipolla tritata, il peperoncino a rondelle, le olive denocciolate, i capperi dissalati e fate soffriggere delicatamente. Unite i calamari e i gamberetti e fateli rosolare nel fondo per qualche minuto; quindi, unite i pomodori pelati frullati, insaporite con del sale e pepe, quindi fate cuocere a fuoco medio finché i calamari saranno teneri.

Fate cuocere la pasta in acqua bollente salata, scolatela al dente e versatela nella salsa, mescolate bene e fate cuocere ancora qualche minuto per farla insaporire. Servite guarnendo con delle erbe aromatiche fresche.