

Farfalle e triglie

Pulire le triglie poi aprirle a libro, squamarle, sciacquarle e togliere tutte le lisce aiutandosi con una pinzetta. Lavare e tritare il prezzemolo, denocciolare le olive. In una larga padella mettere l'olio, il trito di aglio e prezzemolo ed accendere il fuoco.

Ingredienti

- 4 triglie
- 4 rametti di prezzemolo
- 1 spicchio di aglio
- 6 olive nere toste
- 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
- 300 gr. di polpa di pomodoro a cubetti
- sale
- zucchero
- 160 gr. di farfalle di pasta

Preparazione

Pulire le triglie poi aprirle a libro, squamarle, sciacquarle e togliere tutte le lisce aiutandosi con una pinzetta. Lavare e tritare il prezzemolo, denocciolare le olive. In una larga padella mettere l'olio, il trito di aglio e prezzemolo ed accendere il fuoco. Mescolare, unire le olive, un pizzico di sale, uno di zucchero e cuocere per 5 minuti a fiamma media per far restringere il sughetto. Unire le triglie e cuocere a fiamma dolce per 8 minuti. Lessare la pasta molto al dente colarla e saltarla per un paio di minuti nel sugo