

Pasta con le sarde

by Luca - venerdì, Agosto 24, 2012

<http://www.ilquadernodellericette.com/471/pasta-con-le-sarde/>

Dove si mangia la **pasta con le sarde**? In Sicilia naturalmente!!!

Ma mi raccomando non mangiate la pasta con le sarde tutto l'anno ma solo da marzo a settembre altrimenti le sarde non sono fresche!!!!!!

Ma un vero siciliano come cucina la pasta con le sarde???? Vediamo subito la ricetta della **pasta con le sarde**!

Ingredienti pasta con le sarde:

750 gr. di maccheroni. Olio. 350 gr. di finocchietto selvatico di montagna (foglie a rametti di finocchio fresco in mancanza). 3 spicchi d'aglio schiacciati. 100 gr. di filetti di acciuga dissalati e pestati a poltiglia in un mortaio con 1 cucchiaino di prezzemolo tritato. 1-4 di cipolla tritata fine. 500 gr. di sardelle fresche (peso netto), nettate, sfilettate, lavate con cura e asciugate bene tra due panni puliti. 40 gr. di pinoli. 40 gr. di uvetta sultanina ben nettata e lavata. Una puntina di zafferano. Sale e pepe.



pasta con le sarde

Ricetta pasta con le sarde

Mettere in un tegame 2 cucchiaini d'olio, 2 spicchi d'aglio, qualche cucchiaino d'acqua, la puntina di zafferano diluito con un pochino d'acqua, 20 gr. di finocchietto e condire con sale e pepe; a imbrionimento dell'aglio mescolarvi i filetti di sarde e cuocerli per qualche minuto a calore moderato; eliminare l'aglio e denere da parte; Sbollentare per 1/4 d'ora il finocchietto rimasto, sgocciolarlo, tritarlo e tenerlo da parte; tenere da parte anche la sua acqua.

Mettere in un tegame qualche cucchiaio d'olio e farvi dorare lo spicchio d'aglio rimasto con la cipolla tritata; aggiungere il finocchietto tritato, l'uvetta, i pinoli e il pesto di acciuga e prezzemolo diluito con un ramaiolo dell'acqua di cottura del finocchietto; far cuocere a calore moderato per qualche minuto. Al momento di servire aggiungere all'acqua in cui sono stati lessati i finocchietti, l'acqua necessaria leggermente salata, far prendere l'ebollizione, gettarvi la pasta e sgocciolarla al dente. Mettere la pasta in una teglia alternandola con strati di sarde e con la salsa, con i finocchi sbollentati coi pinoli, con l'acciuga, ecc.; terminare con uno strato di salsetta. Passare nel forno e far stufare a calore moderato per circa 20 minuti. Servire ben caldo.

Video ricetta pasta con le sarde



pasta con le sarde

Guardate il video per come preparare la pasta con le sarde vi può essere d'aiuto per gli ingredienti!!

[Per gentile concessione di Ponze](#)

```
(function(d, s, id) { var js, fjs = d.getElementsByTagName(s)[0]; if (d.getElementById(id)) return; js = d.createElement(s); js.id = id; js.src =  
"//connect.facebook.net/it_IT/all.js#xfbml=1&appId=394361500618567"; fjs.parentNode.insertBefore(js,  
fjs); }(document, "script", "facebook-jssdk"));
```

Iscriviti alla newsletter per essere sempre aggiornato