



Pasta con le sarde al forno (Sicilia) - [Visualizza sul sito](#)  
di Cristina

primi piatti - pesce sarde - Sicilia

Dosi per 4 persone.

g.330 maccheroncini o bucatini tomasello n° 6 (o comunque che reggano bene la cottura)

g.500 di finocchio selvatico (oppure 250 g. selvatico e 250 g. domestico)

g.350 di sarde deliscate o g.500 di sarde intere (1kg intere rende 600 g.di filetti)

acciughine sott'olio:30 g.

cipolla abbondante

100 g. di concentrato di pomodoro o estratto di pomodoro

giallo per alimenti

zafferano

una manciata di uvetta passa e pinoli

Pulire i finocchietti e bollirli in acqua bollente normalmente salata. A cottura ultimata toglierli dall'acqua e tritarli piccolini. Mettere da parte l'acqua.

Soffriggere la cipolla e sciogliervi le acciughe, unire il concentrato, l'uvetta e i pinoli, i finocchietti bolliti già scolati e tritati, e, in ultimo, i filetti di sarde mescolando delicatamente per non spapparle. Occhio:togliere pinna dorsale, coda e spinette laterali sporgenti, oltre alla lisca naturalmente. Nell'acqua dei finocchietti cuocere la pasta (semi-cruda) avendo cura di salare più del normale dato che i tempi di cottura sono brevi e il sale non viene assorbito in tempo. Scolare la pasta molto al dente e rimetterla in una pentola capiente rimescolandola con lo zafferano, un poco di olio d'oliva e il condimento preparato prima. Ungere la teglia di strutto o olio d'oliva e spargervi un velo di pangrattato, mettere la pasta condita e finire con un sottile velo di pangrattato sopra. Infornare per 30 minuti a 220/240°

Se non piace il sapore delle sarde si possono usare le alici oppure metà sarde e metà alici.

