

## PASTA E MOLLIKA

La **pasta con la mollica** è un primo piatto povero di origine meridionale, molto usato, con piccole varianti, in Calabria, Sicilia e altre regioni del sud Italia.



Questo primo piatto, generalmente realizzato con formati di pasta lunga, è molto appetitoso e sostanzioso e viene preparato sciogliendo dei filetti di acciughe, aglio e peperoncino nell'olio. A questi ingredienti viene aggiunta della mollica di pagnotta rosolata nell'olio fino a diventare croccante: il tutto verrà amalgamato alla pasta e servito caldissimo.

### Ingredienti

**Acciughe (alici)** sotto sale 4 filetti **Aglio** 2 spicchi  
**Olio** extravergine di oliva 200 ml  
**Pane** mollica di pagnotta (tipo pugliese) 160 gr  
**Pasta** spaghetti 350 gr **Peperoncino** piccante rosso fresco  
1 **Prezzemolo** tritato 3 cucchiari **Sale** q.b.

### Preparazione:

Ponete sul fuoco una pentola capiente contenente dell'acqua e portatela ad ebollizione.  
In una padella, ponete 1/3 dell'olio, i filetti di **acciuga** dissalati, il **peperoncino** tritato e l'aglio schiacciato, e fate rosolare delicatamente il tutto, spappolando con un mestolo le **acciughe**.



Prelevate da una pagnotta (tipo pugliese) 160 gr di mollica e sbriciolatela finemente (potete farlo servendovi delle lame di un mixer), poi ponetela a rosolare a fuoco basso in una padella con 2/3 dell'olio e uno spicchio di **aglio** schiacciato. Quando la mollica avrà assunto un bel



colore ambrato e sarà diventata croccante, aggiungete il **prezzemolo** tritato, aggiustate di **sale** e spegnete il fuoco. Buttate gli **spaghetti** nell'acqua bollente, poi salateli e cuoceteli, scolandoli quando saranno bene al dente. Conditeli gli **spaghetti** con il composto di **acciughe**, **peperoncino** e **aglio** e poi buttateli nella padella contenente la mollica croccante, mischiate velocemente il tutto (per evitare che la mollica perda la sua croccantezza) e impiattate immediatamente.

### Consiglio

Se volete ottenere una **variante molto semplice**, ma altrettanto saporita della **pasta** e mollica, potete preparare questo primo piatto rosolando la mollica e l'aglio schiacciato nell'olio, e poi unirli alla **pasta** lessata



(omettendo quindi le **acciughe** e il **peperoncino**).