

SPAGHETTI AI POMODORI SECCHI

Preparare gli **spaghetti ai pomodori secchi** è di una facilità estrema. Basterà avere a disposizione i pomodori secchi e un bel mazzetto di **prezzemolo fresco**, insieme ad un po' di pangrattato. La ricetta richiederà al massimo 20 minuti, compresa la cottura degli spaghetti, e il piatto è servito in tavola. Inoltre è un **primo piatto leggero** che vi consentirà di continuare il pranzo senza particolari senso di colpa per le calorie ingerite.



Saltate la pasta scolata a fiamma vivace nella padella del condimento per qualche minuto, girando di frequente.

Passatela poi nella ciotola con i pomodori ed il pangrattato, mescolare e servire immediatamente.

Ingredienti x 4 persone:

8 Pomodori Secchi Sott'olio
Un mazzetto di prezzemolo
2 Spicchi d'aglio
6 Cucchiaini d'olio di oliva extra vergine
4 Cucchiaini di pane grattugiato
320 gr di spaghetti

Preparazione:

Scolate i pomodori secchi dall'olio e tritateli a pezzi grossi con la mezzaluna.

Poi metteteli in una ciotola capiente.

Fate abbrustolire in una padella antiaderente il **pangrattato** con due cucchiaini di olio, evitando però di farlo bruciare. Mettetelo poi nella ciotola dei pomodori secchi e mescolate il tutto.

Lavate il **prezzemolo** e tritatelo insieme agli spicchi d'aglio. In un'altra padella fate soffriggere il trito di aglio e prezzemolo in 4 cucchiaini di olio per qualche istante.

Lessate gli spaghetti in abbondante acqua salata e, poco prima di scolarla, aggiungere mezzo mestolo di **acqua di cottura** nella padella dell'aglio e prezzemolo, quindi accendete il fuoco.

