

SPAGHETTI OLIO ACCIUGA E MOLLIKA

spaghetti integrali di farro

olio extra vergine d'oliva

aglio rosso

peperoncino

acciughe sott'olio

origano secco

taralli ai semi di finocchio (o pangrattato)

pinoli

Tutti gli ingredienti che ho usato sono biologici.

Ho usato i taralli invece del pane per un motivo semplice: non avanzo mai pane. Per fare una cosa col pane secco devo tenerlo da parte apposta, lasciarlo diventar vecchio apposta e farne quindi di più.

Ho tritato fini taralli e pinoli e li ho tostati a secco in una padella muovendoli in continuazione, devono dorare in modo omogeneo. Ho tenuto da parte.

Ho scaldato in una padella larga un giro di olio con l'aglio e il peperoncino e lasciato insaporire senza scaldare troppo l'olio, per un paio di minuti. Ho tolto l'aglio e aggiunto le acciughe tagliate a pezzettini (le quantità a occhio e a gusto) e schiacciato bene facendole sciogliere, sempre senza scaldare troppo l'olio, ho aggiunto anche dell'origano secco e poi la pasta quasi cotta, ho mescolato velocemente e aggiunto a poco a poco acqua di cottura per arrivare a cottura. (A questo punto il sughetto deve rimanere abbastanza liquido, perchè quando andremo ad aggiungere il trito di pane assorbirà velocemente i liquidi e rischieremo di ritrovarci con una pasta troppo asciutta.) Ho spento e aggiunto il trito di "pane", mescolato bene e servito.

