

# CANNAMELA

## Paccheri allo sgombro



### Ingredienti

- 280g paccheri
- 400g filetti di sgombro fresco
- 300g pomodori San Marzano in scatola
- 1 cucchiaio Prezzemolo in foglie Serie Oro CANNAMELA
- 1/2 cucchiaino aglio liofilizzato CANNAMELA
- qb Pepe Bianco macinato Serie Oro CANNAMELA
- 30g olio extravergine di oliva
- qb sale



Porzioni  
4 persone



Portata  
Primo



Tempo  
30 minuti



Difficoltà  
Facile



Cottura  
In padella,  
Bollito/lessato



Kcal per  
persona  
497.5\*

\* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

**DOLCI CUCINA**



# Preparazione

- 1** In una padella scaldare in due cucchiai di olio l'aglio liofilizzato CANNAMELA e due cucchiai di acqua.
- 2** Dopo due minuti aromatizzare con ½ cucchiaio di prezzemolo in foglie serie Oro CANNAMELA.
- 3** Salare e condire con un poco di pepe bianco macinato Serie Oro CANNAMELA.
- 4** Unire al sugo i pomodori. Incoperchiare e lasciarli cuocere a fuoco basso per 15 minuti.
- 5** A parte in padella dorare appena in olio lo sgombro fresco diviso a quadrettini, poi unitelo al sugo.
- 6** Proseguire la cottura del sugo per 5 minuti.
- 7** Lessare la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente e passatela in padella con il sugo di pesce.
- 8** Spolverizzare la pasta con il prezzemolo in foglie serie Oro CANNAMELA rimasto e servire.