

## Pasta con le seppie

Posso tranquillamente dire che questi spaghetti, da una quarantina d'anni, sono uno dei miei *cavalli di battaglia*. un sugo di mare veloce in padella per cui non servono ingredienti di difficile reperibilità.

E ora, cominciando come sempre dagli ingredienti, iniziamo a cucinare!

Ingredienti, per quattro persone:

pasta (spaghetti)	g.	280
seppiole	g.	300
olio EVO	CT.	3
cipolla	pz.	1
aglio	spicchio	1
vino bianco	ml.	50
passata di pomodoro	CT.	4
concentrato di pomodoro	ct.	1
zucchero	presa	1
prezzemolo		Ad Lib.
sale e pepe		QB.
olio EVO	CT.	3

Preparazione:

Pulire le seppiole e separare le gambe dalla sacca.

Lavare bene e tagliare a pezzettini i tentacoli.

Le sacche, invece, tagliarle a strisce e tenerle da parte.

Tritare la cipolla e schiacciare (o tritare finissimo) lo spicchio d'aglio.

Scaldare l'olio in una grossa padella (servirà poi anche a farvi insaporire la pasta mentre completa la cottura) e farvi rosolare delicatamente cipolla e aglio.

Aggiungere i tentacoli tritati e farli insaporire per alcuni minuti.

Quindi completare con le sacche a strisce, bagnare col vino bianco e appena sfumato aggiustare di sale e pepe.

Nel frattempo, mettere a cuocere l'acqua per la pasta.

Aggiungere il pomodoro, il concentrato, una presa di zucchero e metà del prezzemolo, tritato.

Lasciar cuocere appena sobbollendo e buttare la pasta. Se il sugo tendesse ad asciugarsi, aggiungere un po' dell'acqua di cottura: dovrà essere lievemente liquido fino alla fine.

Appena la pasta è giusto al dente, scolarla subito e versarla nella padella ora a fiamma molto vivace.

Far saltare gli spaghetti per un paio di minuti fino a far asciugare e assorbire la salsa; è proprio in questa salsa che la pasta raggiungerà il punto ideale di cottura.

Condire col restante prezzemolo, spezzettato con le mani, e servire subito in tavola direttamente dalla padella.

Buon appetito!