

MACCHERONCINI CON LE SARDE

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di maccheroncini,
- 500 g di sardine non troppo grosse,
- olio per friggere,
- 2 finocchietti di montagna,
- sale,
- una cipolla,
- cinque cucchiaini di olio,
- pepe macinato,
- 3 o quattro pomodori maturi,
- 50 g di uvetta,
- 50 g di pinoli.

Per la realizzazione di questa ricetta potreste incontrare delle difficoltà nel trovare i finocchietti di montagna, di origine siciliana; in tal caso potete eliminarli dagli ingredienti: i maccheroncini saranno gustosi ugualmente.

Per prima cosa pulite le sardine aprendole ed eliminando la testa, le interiora e la lisca centrale; poi lavatele, asciugatele delicatamente, gettatele (senza infarinarle) in una padella con abbondante olio fumante e lasciate che prendano una rapidissima doratura da entrambe le parti.

Intanto pulite anche i finocchietti, lavateli, tagliateli grossolanamente a pezzi e sbollentateli in acqua salata.

In un grosso tegame (che possa poi contenere tutti gli ingredienti, compreso il pesce) mettete la cipolla tritata finemente, quattro o cinque cucchiaini di olio, i finocchietti tritati e abbondante pepe nero macinato.

Lasciate rosolare bene, poi aggiungete al soffritto i pomodori, precedentemente lavati e privati della loro pelle e dei semi interni.

Fate insaporire per 10 minuti circa, quindi unite l'uvetta ed i pinoli ed infine le sardine, che avrete lasciato su un foglio di carta assorbente da cucina, per far perdere loro l'unto di frittura.

Fate bollire ancora per 5 minuti, poi spegnete il fuoco.

Nel frattempo avrete cotto i maccheroncini in abbondante acqua salata; scolateli al dente, passateli nella zuppiera di servizio e conditeli con sarde e sugo.

Mescolate bene per amalgamare gli ingredienti, avendo comunque cura di non rompere i pesci.

A vostro gusto, potete aggiungere anche una manciata di parmigiano grattugiato al momento.