



laboratorioCingoliappunti

05marzo2010

ASTICE: linguine o alla catalana?

Abbiamo preparato durante la lezione tre ricette, delle linguine all'astice in bianco, delle linguine all'astice al pomodoro e dell'astice alla catalana.

Dopo aver nettato, lavato e tagliato a rondelle 4 cipolle gialle, le abbiamo brevemente rosolate a fiamma alta in 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva. Abbassata la fiamma abbiamo spostato la padella sul fornello più piccolo al minimo e le abbiamo lasciate andare pianissimo per oltre 15 minuti rimestando di tanto in tanto. Assieme alle cipolle abbiamo aggiunto anche un aglio schiacciato e 2 peperoncini piccoli secchi schiacciati.

Mentre le cipolle appassivano abbiamo portato a bollire l'acqua per la pasta e una volta salata abbiamo messo in cottura le linguine (1kg). Mentre la pasta cuoceva abbiamo tagliato 2 astici prima longitudinalmente (compresa la testa) e successivamente ciascuna metà in 5-6 pezzi.

Abbiamo riportato l'olio delle cipolle appassite ad alta temperatura e vi abbiamo sfumato un bicchiere di vino bianco secco.

Scolata la pasta molto al dente, abbiamo tenuto da parte 2 tazze di acqua di cottura.

In padella abbiamo unito prima i pezzi di astice crudo e di seguito le linguine.

Abbiamo aggiunto ½ tazza di acqua di cottura e rimestato sul fuoco vivace. Mano a mano che l'acqua asciugava abbiamo unito per altre 2 volte dell'altra acqua non smettendo mai di rimestare. In sostanza abbiamo terminato di cuocere la pasta in padella e contemporaneamente abbiamo portato a cottura gli astici.

Appena gli astici erano cotti, abbiamo allontanato la padella dal fuoco e aggiunto dell'olio extra vergine di oliva a crudo. Abbiamo mantecato la pasta facendola saltare a lungo in padella.

Di seguito, mentre mangiavate questa prima pasta, ho preparato una base di olio extra vergine di oliva, aglio e 2 peperoncini secchi piccoli.

Dopo aver rosolato abbiamo unito 8-10 pomodorini tagliati in quarti.

Abbiamo lasciato rosolare a fiamma vivace per 2 minuti, quindi abbiamo sfumato 1 bicchiere di vino bianco secco. A parte abbiamo diviso un astice in 2 parti, e successivamente ciascuna metà in 4-5 pezzi. Nel frattempo abbiamo messo a cuocere la pasta nell'acqua salata che già bolliva. Scolati gli spaghetti, abbiamo riscaldato la base di pomodorini, abbiamo unito l'astice crudo e di seguito la pasta molto al dente

laboratorioCingoli

via Tucidide 56

20134 Milano

tel +39 02 70003837

mail contatti@laboratoriocingoli.it

www.laboratoriocingoli.it

in collaborazione con:



minotticucine

si ringrazia:

moneta
made in Italy

Abbiamo terminato di cuocere la pasta unendo dell'acqua di cottura e nel contempo abbiamo portato a cottura anche l'astice. Non appena quest'ultimo era cotto, abbiamo allontanato la padella dal fuoco, irrorato con olio extra vergine di oliva a crudo e abbiamo mantecato facendo saltare la pasta nella padella.

Infine abbiamo preparato **l'astice alla catalana** come nella ricetta pubblicata sul sito.