Numero persone: **5**
Difficoltà: **Bassa**
Tempo di preparazione: **25 minuti**
Autore: **Chef Mene**

INGREDIENTI:

500g
spaghetti integrali

200g
acciughe sott'olio (o sardine)

200g
cipolla bianca

1
bicchiere di buon vino bianco

2
foglie di alloro

100g
di pomodori secchi

olio extra vergine di oliva e pepe

DESCRIZIONE:
Ho il piacere di presentarVi per il mese di Giugno, una ricetta cherichiama all'estate e ai suoi sapori, un piatto tipico della regione Venetorivisitato da me per l'occasione.La ricetta originale prevede l'utilizzo di un tipo di pasta simile aglispaghetti chiamata "Bigoli", fatti con il grano saraceno, ma verrannosostituiti con quelli integrali, più facili da reperire. I "Bigoli" in salsa,sono un primo piatto tipicodelle località marittime venetee la salsa viene preparata con sardine o acciughe,abbondante cipolla e vinobianco, anche i pomodori secchi saranno una mia aggiunta.Come tutti i piatti tipici regionali,questa ricetta haingredienti poveri e non costosi,anche se in molti ristoranti il prezzo di questa specialitàsi aggira intorno ai 17/20 Euro.

ESECUZIONE:
Fare sgocciolare le acciughe dal loro olio di conservazione, senzabuttarlo, ma conservandolo per creare la salsa successivamente.Se avete acquistato dei pomodori secchi sott'olio eseguire lo stessoprocedimento delle acciughe, oppure se li avete acquistati sotto sale,sciacquarli abbondantemente sotto l'acqua. Pelare le cipolle e tagliarlea iulienne, ossia a strisce sottili e lunghe, farle rosolare con l'oliodelle acciughe (e dei pomodori, se presente) facendole imbrunire.Aggiungere poi le foglie di alloro e il pesce sgocciolato, sfumare conil vino bianco, continuando la cottura a fuoco lento e sistemare il saporedella salsa aggiungendo solo il pepe se desiderato ed eventualmentedell'acqua. Una volta che il condimento raggiunge una discretadensità, togliere dal fuoco e filtrare la salsa con un passa-verdureo frullare con un mixer a immersione. Tagliare i pomodori secchi astriscioline sottili, che saranno poi la guarnizione finale del piatto.Cucinare gli spaghetti al dente, in acqua non molto salata, cercandodi rispettare al massimo la cottura consigliata sulla confezione dellapasta. Condire il tutto con la salsa di acciughe calda, guarnire gli spaghetticon le strisce di pomodori secchi e un goccio di olio extra verginedi oliva.Questo piatto che richiama i sapori estivi, Vi consiglio di abbinarlo adun vino bianco speziato, come quelli del Trentino, servito abbastanzafreddo.Se avete notato, durante l'esecuzione della ricetta, non vi è la presenza del sale se non che per l'acqua di cottura della pasta, in quantoi prodotti utilizzati per la salsa sono già molto saporiti per la loroparticolare conservazione. In ogni caso, è a Vostra discrezione l'utilizzo di questo prodotto, anche considerando la qualità dei prodottida Voi acquistati per l'esecuzione di questa preparazione.