

PENNE RIGATE SIGI 8**ALLE SARDE CON PINOLI E UVETTA****PREPARAZIONE**

Mettiamo in ammollo con dell'acqua tiepida l'uvetta sultanina e la lasciamo riposare per circa 10 minuti.

Puliamo le sarde privandole di testa e spine e sciacquandole sotto l'acqua corrente.

In una padella antiaderente calda aggiungiamo un filo di olio evo e soffriggiamo le sarde a fuoco lento per circa 2 minuti, dopodiché aggiungiamo l'uvetta sultanina precedentemente strizzata, e infine aggiungiamo mezzo bicchiere d'acqua.

Coliamo la pasta cotta nel frattempo.

A parte, in un'altra padella antiaderente, soffriggiamo uno spicchio di aglio intero con un cucchiaio di olio evo, aggiungiamo il pan grattato, lo facciamo tostare qualche istante e poi aggiungiamo i pinoli e il prezzemolo precedentemente tritato.

Mantechiamo la pasta e poi aggiungiamo ancora un po' di prezzemolo tritato.

A questo punto impiattiamo e spolveriamo con la panour che abbiamo realizzato.

INGREDIENTI

per 4 persone

280 g di PENNE SIGI 8

200 g sarde

50 g pinoli

50 g uvetta sultanina

10 g prezzemolo

10 g pan grattato

1 spicchio di aglio

1 cucchiaio di olio evo
(extra vergine d'oliva)

DIFFICOLTA' 3/5

TEMPO 45 minuti

