

Spaghetti alle vongole veraci e pomodorini



ingredienti e preparazione

calorie: **388**

- Vongole veraci: 1 kg
- Spaghetti: 280 g
- Pomodorini ciliegini: 12
- Olio extravergine d'oliva: 4 cucchiari
- Prezzemolo: 1 mazzetto
- Aglio: 3 spicchi
- Vino bianco secco: 2 cucchiari
- Sale: q.b.

Calorie a porzione: 388- Le dosi sono per 4 persone

Tenete a bagno in acqua salata per 2 ore le vongole (nel frattempo sostituite almeno 3 volte l'acqua). Alla fine scolatele, mettetele in una padella con un cucchiaino di olio e uno spicchio di aglio spellato, copritele con un coperchio e fatele aprire mantenendo la fiamma alta.

Filtrate il liquido rimasto nella padella con un colino e tenetelo da parte. Versate tutte le vongole in una casseruola a parte e sgusciatele quasi tutte.

Nella stessa padella, scaldate i tre cucchiari di olio rimasti con gli altri due spicchi di aglio spellati e schiacciati, che toglierete quando si saranno appena scuriti.

A questo punto spegnete il fuoco e unite il vino e le vongole con il loro liquido, poi aggiungete il prezzemolo lavato e tritato.

Nel frattempo cuocete gli spaghetti molto al dente, scolateli e metteteli nella padella con le vongole, mescolando con cura.

Suddividete gli spaghetti su quattro fogli di carta da forno e guarniteli con i pomodorini: chiudete bene i cartocci, sigillandone i bordi, e metteteli in forno caldo a 180 gradi per 5 minuti.

Infine, disponete gli involucri sui singoli piatti e portate in tavola servendoli bene aperti.