

## LINGUINE AL SUGO DI PESCE



**INGREDIENTI:** pesce bianco a vostra scelta, (spigola, orata, ombrina, dentice, sarago, parago) , io metto l'orata – un barattolo di pomodorini coop – aglio – prezzemolo – olio extravergine di oliva – sale – peperoncino – un pacco di linguine.

**PREPARAZIONE:** affettare in un'ampia padella 4 o 5 spicchi d'aglio – coprire abbondantemente il fondo della padella con olio extravergine di oliva – far soffriggere l'aglio fino a dorarlo e togliere dal fuoco – versare un barattolo di pomodorini coop senza passarli – rimettere al fuoco a fiamma media – stagliuzzarci sopra un bel mazzetto di prezzemolo, aggiungere 2 peperoncini spezzettati, un pizzico di sale e far cuocere per una decina di minuti – sfilettare un'orata squamata ed eviscerata togliendo le pinne di schiena e di pancia – conservare la testa e la lisca centrale – adagiare il tutto sul sughetto, comprese testa e lisca, e coprire con un coperchio – continuare la cottura per altri 10 minuti e poi mescolare – quando l'acqua bolle salare e calare le linguine – intanto abbassate al minimo la fiamma del sughetto – scolare le linguine e condire avendo cura di prendere un po' di pesce, un po' di pomodorini e un po' di intingolo – attenti a qualche lisca! – la preparazione vale per qualsiasi pesce di carne bianca, potete anche mischiare pesci diversi o, quando mettete il pesce, aggiungerci qualche cozza, vongola o gambero.