

Paste cu ton și capere în vin alb

Categorie: Fel principal
Timp de preparare: 30 minute
Dificultate: ușor



Bucură-te de o cină sofisticată, fără o ocazie specială și fără să petreci ore în bucătărie. Bunica te învață să pregătești paste, îmbinând gusturi noi. Uită de sosul bolognese sau carbonara. Bunica are 3 cuvinte pentru tine: capere, ton și vin. Cum se întâlnesc ele în farfurie? Printr-o alchimie culinară.

Iată de ce ai nevoie pentru 2 porții.

Ingrediente:

- 160 g paste: farfalle, penne sau spaghetti
- 2 linguri Untdelemn de la Bunica Vitamina D
- 1/2 de ceapă albă, tocată mărunt
- 1/2 de lingură de fulgi de chili
- 1 conservă de ton în suc propriu, scurs și mărunțit
- 1 lingură de capere
- 1/4 cană de vin alb sec
- 1/2 de legătură de pătrunjel tocat
- Sare și piper negru, după gust

Cum se prepară?

1. Fierbe 1 - 1.5 l de apă într-o oală și adaugă sare. Adaugă pastele și gătește-le conform indicațiilor de pe ambalaj.
2. Separat, într-o tigaie, încinge cele 2 linguri de ulei. Adaugă ceapa tocată și fulgii de chili și gătește circa 5 minute, până când ceapa devine aurie.
3. Adaugă tonul, caperele și un vârf de cuțit de sare. Amestecă totul și adaugă vinul.
4. Lasă totul să fiarbă la foc mare, după clocotire lasă focul mic. Gătește încă 10 minute, în timp ce pastele fierb. Dacă vinul se evaporă și ingredientele se usucă, mai adaugă încă puțin vin.
5. Scurge pastele și adaugă-le în tigaie. Amestecă totul. Oprește focul și presară pătrunjelul proaspăt tocat.

Poftă bună în zilele reci!