

---

## Casarecce con totani

**Autore:** Max Fattorini

**Fonte:** Web

**Il gusto delicato del pesce si sposa bene con la passata e i pomodori maturi aggiungono l'acidità necessaria. Dal blog [La piccola casa](#)**

Sabato mattina ho acquistato dei bellissimi totani pescati in riviera, ho subito pensato a farne una buona pasta, così dopo avere comprato le casarecce, ho ipotizzato questa semplice ma gustosa ricetta, viste le quantità potrebbe anche essere un piatto unico. Il gusto delicato ma presente dei totani si sposa bene con la passata e i pomodori maturi aggiungono l'acidità necessaria. I totani inoltre erano veramente gustosi e si scioglievano in bocca. Un'ottima pasta veloce e dal profumo di mare che ho accompagnato con un buon chardonnay umbro leggermente barricato. Un piatto che consiglio a chi cerca una ricetta semplice da preparare ma ricca di sapore, soprattutto a chi non prepara il pesce perché pensa che non sia semplice da cucinare, credo che sia giunta l'ora di sfatare questo mito una volta per tutte! Ecco quindi la ricetta per preparare queste ottime casarecce con totani della riviera e pomodori **Ingredienti per due persone** 200 gr di casarecce 400 gr di totani non molto grossi 4 pomodori maturi 3 cucchiaini di passata di pomodoro 2 foglie di alloro olio extravergine di oliva 1 cucchiaino di prezzemolo tritato 1 spicchio d'aglio sale e Pepe Incominciare pulendo i totani, non è difficile, si staccano i tentacoli, si svuota l'interno, quindi procedere con l'eliminazione degli occhi e del piccolo becco, sciacquarli, tagliare a pezzettini le teste e metterli da parte insieme ai tentacoli. Tagliare a cubetti i pomodori, non eliminate la pelle (non mi stancherò mai di dire che è la parte più ricca di licopene), in una padella abbastanza capiente versare 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva, schiacciare con la parte piatta del coltello lo spicchio d'aglio e farlo andare a calore moderato nell'olio sinché non incomincia ad imbrunire, quindi eliminarlo. Aggiungere la passata e i pezzetti di pomodoro, una foglia di alloro e far andare a fiamma moderata per circa 10 minuti. Nel frattempo in un'altra padella versare un cucchiaio d'olio, la foglia di alloro e saltarci i totani, fargli prendere il colore per circa 5 minuti. Su un'altra fiamma incominciare a mettere su l'acqua per la pasta. Quando i totani saranno coloriti, passarli nella padella dove sta cuocendo il pomodoro, versare anche un po' del liquido che si è formato, aggiustare di sale e pepe, aggiungere il prezzemolo tritato ed eliminare le foglie di alloro, continuare a cuocere a fuoco moderato per altri 5 minuti. Quando l'acqua bolle, aggiungete il sale e buttate la pasta, cuocetela lasciandola un po' al dente, scolatela e saltatela in padella insieme al sugo di totani, quindi servire al centro del piatto. Buon appetito e buona settimana a tutte e tutti con questa semplice ma gustosa pasta. Dal blog [La piccola casa](#)