

Penne rigate con brócoli y calamares.

Ingredientes

aceite de oliva

1 diente de ajo

medio ají serrano seco picado

4 hojas de salvia

1 cda. extracto doble de tomate

tentáculos de dos calamares chicos

un ramito de brócoli

vino tinto

agua

sal

pimienta

penne rigate u otro formato de pasta (un plato hondo son dos porciones)



Preparación

Rallar el diente de ajo, y picar el ají con algo de semillas. Calentar en el aceite con la salvia y agregar el extracto de tomate. Cuando esté caliente, cuidando que no se queme, echar los tentáculos de calamar ya limpios. Esfumar con el vino, agregar agua y tapar. Dejar cocinando a fuego bajo.

Cortar ramitas del brócoli y cocinarlo 2-3 minutos en el microondas, con algunas hojas si están tiernas. En realidad no hace falta una cocción previa, pero yo me quería asegurar que quedasen bien cocidas y agregarlas sólo al final en la salsa.

Controlar que no falte líquido a la salsa, echar otro chorrillo de vino y agua (la de cocción de la pasta) si fuese necesario. Agregar los ramitos de brócoli cocidos.

Mientras tanto se habrá puesto a calentar el agua para los fideos. Cuando hierve se agrega un puñadito de sal gruesa. Siempre en el agua hirviendo se echan los fideos y se revuelve. Se deja cocinar hirviendo suavemente con la olla destapada. Los escurro cuando están bien al dente, o un poquito más crudos y termino la cocción en la sartén de la salsa.

Fuente: La Majuluta – <http://lamajuluta.blogspot.com>

Penne rigate con brócoli y calamares – <http://lamajuluta.blogspot.com/2009/10/penne-rigate-con-brocoli-y-calamares.html>