



LUMACONI RIGATI AU THON

pour 4 personnes

500g [Lumaconi Rigati 123](#) - 120g thon à l'huile d'olive - 4 anchois à l'huile - 6 càs concentré de tomates - 2 gousses d'ail - qlques feuilles de basilic - 4 brins de persil plat - 4 càs d'huile d'olive - gros sel - sel - poivre –

Emietter le thon et couper les anchois en pts morceaux. Eplucher et émincer l'ail. Le faire dorer dans 2 càs d'huile d'olive pdt 2 min dans une sauteuse à feu doux. Ajouter le thon, les anchois, du sel et du poivre du moulin, puis incorporer le concentré de tomate, le reste d'huile d'olive et un verre d'eau (20cl). Cuire l'ensemble pdt 8 min à feu moyen.

Porter à ébullition 3 litres d'eau salée et y plonger les Lumaconi. Dès la reprise de l'ébullition, en n'oubliant pas de remuer les pâtes entre temps, compter le temps de cuisson inscrit sur le paquet de pâtes (surtout pour les De Cecco, les temps sont précis et vraiment justes. Certains fabricants de pâtes ne doivent pas tester leur temps de cuisson... mais c'est un autre débat!). Les égoutter (sans passer sous l'eau froide). Les mélanger dans la sauteuse avec la sauce et décorer du persil et du basilic hachés (si possible à la main).

Servir (sans oublier le parmesan frais et la râpe).

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr