

SPAGHETTI AUX FRUITS DE MER



Temps de préparation: 10mn - Temps de cuisson: 35mn - Nombre de portions: 4

Ingrédients:

- 2 Gousses d'ail
- 40g Huile d'olive
- 150g Vin blanc sec
- 200g Tomates mûres
- 500g Fruits de mer congelés
- Pour la cuisson des pâtes l'eau
- 600g Spagetti complète
- 10 Brins de persil

Préparation:

- Mettre 2 gousses d'ail dans le bol et hacher 5 sec/vitesse 5. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter 20 g d'huile d'olive et rissoler 5 min/120°C/vitesse 1, sans le gobelet doseur.
- Ajouter 40g de vin blanc, 200g de tomates mûres coupées en dès, 500g de fruits de mer congelés, puis mijoter 10 min/70°C/ sens inverse /vitesse 1.
- Pendant ce temps, porter à ébullition une grande quantité d'eau salée dans une casserole
- Mettre les spaghetti dans la casserole et les cuire al dente. Faire chauffer une poêle avec les 20 g d'huile d'olive restants et y faire revenir les spaghetti cuits, le contenu du bol pendant 10 minutes environ. Servir dans des assiettes creuses et parsemer généreusement de persil haché. Déguster aussitôt.