Vermicelli con cozze, vongole veraci e lupini

Autore : Carolina Barra

Data : 24 Settembre 2018

Ingredienti per 4 persone

400 grammi di vermicelli
Mezzo chilo di cozze
Mezzo chilo di vongole veraci
Mezzo chilo di lupini
7 0 8 pomodori rossi
Aglio qb
Olio Evo qb
Peperoncino qb
Prezzemolo qb
Sale qb

Procedimento

Questa può sembrare una classica di pasta con i frutti di mare, in effetti lo è, però molto spesso le ricette che possono sembrare più semplici da preparare sono quelle che hanno bisogno di una maggiore attenzione per ottenere dei buoni risultati. In questo caso basta seguire pochi accorgimenti perché riesca

per il meglio.

Innanzitutto laviamo con cura le vongole e i lupini. Per lupini intendo quei frutti di mare simili alle vongole, che presentano una piccola differenza rispetto a queste, non hanno le due antenne, ma una piccola lingua che fuoriesce quando sono ancora vivi; di solito costano meno ma danno comunque un ottimo sapore ai nostri piatti.

Dopo aver pulito per bene vongole e lupini, dunque, li lasciamo a spurgare per tre quarti d'ora in acqua salata, perché possano depurarsi da eventuali residui di sabbia che sono sgradevoli quando si mangiano.

Nel frattempo, puliamo le cozze e mettiamo i pomodori, vanno bene dei San Marzano, nell'acqua bollente per qualche minuto, poi li mettiamo per un altro minuto nell'acqua fredda. In questo modo ci riuscirà facile togliere la pelle; una volta pelati possiamo tagliarli a dadini.

In una padella mettiamo un filo d'olio evo, uno spicchio d'aglio intero, così ci sarà più facile eliminarlo, un po' di prezzemolo tritato e le cozze. Copriamo con un coperchio e le facciamo aprire. Recuperiamo il liquido rilasciato, lo filtriamo lo mettiamo da parte; togliamo le cozze dalle valve e le conserviamo in una ciotola.

Uno dei trucchi che uso è appunto questo, far aprire separatamente i molluschi, non tutti assieme.

Seguiamo lo stesso procedimento per i lupini, li togliamo dall'acqua salata, li facciamo aprire allo stesso modo, filtriamo il liquido e lo aggiungiamo al precedente, li separiamo dalle valve, li mettiamo da parte assieme alle cozze.

Stessa cosa facciamo anche per le vongole, ma che conserviamo con il guscio per guarnire i piatti.

Intanto, in una padella antiaderente mettiamo 3 cucchiai di olio EVO, il peperoncino, uno spicchio d'aglio da eliminare una volta che si è imbiondito, dopodiché aggiungiamo le cozze, i lupini e un poco dei liquidi precedentemente filtrati.

Dopo dieci minuti possiamo aggiungere anche i pomodori.

Al momento non saliamo ancora, i frutti di mare hanno già di loro una componente salina, meglio vedere verso la fine se c'è bisogno di aggiungere altro sale, spesso non serve.

Poi aggiungiamo le vongole con tutti i gusci, al limite tolgo dalle valve quelle più piccole.

Filtrato anche il liquido delle vongole, lo aggiungiamo a quello che avevamo già e lo usiamo se vediamo che il sughetto che stiamo preparando si restringe troppo.

La cottura deve essere di un'altra decina di minuti.

Nel frattempo, facciamo lessare i vermicelli in abbondante acqua poco salata; come al solito li scoliamo al dente, visto che poi li dobbiamo saltare in padella.

Adesso possiamo impiattare, il piatto sarà guarnito dalle vongole con il guscio e da un'abbondante spolverata di prezzemolo finemente tritato.

Vi garantisco che il risultato è squisito, l'unica precauzione da usare perché venga bene è quello di far aprire i molluschi separatamente.

Ovviamente vi consiglio un ottimo vino bianco secco, un classico Fiano è perfetto, ma ne possiamo abbinare tanti altri con le stesse caratteristiche.

Buon appetito.