



Recetas

Linguine a la Pescatora

Hoy en día, las recetas de origen italiano son una de las grandes estrellas de la cocina mediterránea. La pasta es un alimento versátil elaborado a base de harina de trigo mezclada con agua, huevo, sal y aceite de oliva. Cinco ingredientes capaces de crear un hito de la cocina mediterránea. Los dichos populares afirman que la pasta es originaria de Italia. Sin embargo, el verdadero origen de la pasta se produjo en Asia, concretamente en China. Según afirma un artículo del New York Times, los fideos más antiguos datan de hace 4.000 años.



Fácil



20 min.



Cocina



3-4

Ingredientes

- 1 Kilo de mariscos variados, Langostinos o camarones, calamares, guacucos, etc.
- ½ Kilo de linguine
- Aceite de oliva
- 4 Dientes de ajo laminado
- 1 Cda. de peperoncino
- 1 Cda. de pimentón dulce
- Sal Bahía Refinada Fina
- Sal Bahía Refinada Gruesa
- 1 Lata de pasta de tomate
- 100 ml de vino blanco
- 1 Ramillete de perejil picado
- 1 Ramillete de albahaca

Utensilios

- 1 Olla grande con tapa
- 1 Sartén grande con tapa
- 1 Cuchara de madera
- Pinzas para pasta
- Cuchillo de chef
- Tabla para picar



Preparación

- Lava los mariscos con abundante agua, de ser necesario pela los langostinos o camarones, puedes dejarle la cola con la cabeza para que se vean más atractivos y reserva.
- En la olla, pon a calentar agua para cocinar la pasta y agrégale 1 cucharada de Sal Bahía Refinada Gruesa.
- Pica el ajo en laminas; pica finamente los ramilletes de perejil y de albahaca; reserva.
- Cuando el agua esté hirviendo agrega los linguine a la olla, espera que se introduzcan solos y remueve para evitar que se peguen. (Nunca le echas aceite al agua)
- En un sartén vierte 3 cucharadas de aceite de oliva, caliéntalo a fuego medio alto, agrega los 4 dientes de ajo laminados y la cucharada de peperoncino, cocina por 1 minuto; incorpora los mariscos, agrega Sal Bahía Refinada Fina y pimienta negra al gusto, remueve, tapa el sartén y cocina a fuego alto por 3 minutos.
- Destapa el sartén, agrega la cucharada de pimentón dulce, vierte la lata de pasta de tomate y los 100 ml de vino blanco, el perejil, remueve y cocina por 1 minuto más; saca los mariscos y reserva; deja la salsa cocinando en el sartén removiendo para que no se pegue, para que se cocine la pasta de tomate.
- Cuando falten 4 minutos para que la pasta este lista, sácala de la olla con la pinza, colócala en el sartén y mézclala con la salsa; agrégale de 3 a 4 cucharadas del agua de la pasta y cocina hasta que los linguinis estén al dente.
- Incorpora los mariscos; cocina aproximadamente 1 minutos más y emplata.
- Agrégale a los linguine la albahaca picada.
- Acompáñalo con pan y un buen vino blanco; buen provecho.