

Penne mediterranee

INGREDIENTI:

300 gr di penne,

100 gr di sgombro sott'olio grigliato (se si preferisce sostituire con il tonno),

100 gr di pomodori secchi (io uso quelli secchi non in olio),

100 gr di feta,

1 pizzico di peperoncino (se piace),

1 ciuffo di prezzemolo tritato,

sale qb,

olio evo.

Scolare per bene lo sgombro dall'olio di conservazione e metterlo in una ciotola sbriciolandolo grossolanamente.

Mettere in ammollo i pomodori secchi in acqua tiepida per farli ammorbidire.

Tritare a cubetti la feta e i pomodori ammorbiditi e aggiungerli allo sgombro insieme ad un pizzico di peperoncino, il prezzemolo tritato e un po' di olio evo.

Cuocere la pasta in acqua bollente salata, scolarla e aggiungerla alla ciotola, mescolare tutto e servire.

Se si vuole, nei mesi più caldi usare la pasta fredda anziché appena cotta.