LA BELLE VIE | Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Pâtes au thon et tomates (pâtes al tonno)

Pour 2 personnes | Très facile

30 min | 3.42€ **La portion** (prix indicatif)

Les pâtes au thon, vous allez voir, c'est trop bon !
Facultatif : 2 càs de câpres.

Les ingrédients

- **150 g** de Pâte Spaghetti
- **160 g** de Thon à l'huile en conserve
- **2 gousse** de Ail
- **2 pièce** de Piment entier séché
- **2 pièce** de Filet d'anchois à l'huile
- **400 g** de Tomate pelée au jus
- **1 pièce** de Citron jaune
- **0.25 bouquet** de Persil plat frais

Étapes de préparation

Préparation : 10 min | **Cuisson :** 20 min | **Attente :** 0 min

1. Hachez finement 2 gousses d'ail.
2. Égouttez grossièrement 1 conserve de 160 g de thon à l'huile. Assaisonnez avec le jus d'½ citron, du sel et du poivre. Mélangez et mettez de côté.
3. Égouttez 1 conserve de 400 g de tomates entières. Écrasez grossièrement les tomates à la main.

Facultatif : faites frire des câpres pour les ajouter sur votre assiette de pâtes.
Rincez et séchez les câpres. Chauffez un fond d'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez les câpres. Laissez frire 3 à 5 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées, en remuant la casserole de temps en temps. Mettez de côté sur de l'essuie-tout.

4. Laissez 2 càs d'huile d'olive dans la poêle. Ajoutez 2 gros filets d'anchois à l'huile (10 g) et deux piments secs entiers. Mélangez et écrasez grossièrement les anchois pour faire une pâte. Laissez cuire 2 minutes.
5. Ajoutez les ⅔ de l'ail haché. Faites dorer 30 à 60 secondes en mélangeant.
6. Ajoutez les tomates et du sel. Mélangez. Faites épaissir à feu doux, environ 10 minutes. Mélangez de temps en temps.
7. En parallèle, faites cuire 150 g de spaghetti dans de l'eau bouillante salée (10 g/1 càs de sel pour 1L d'eau), al dente. Mettez de côté un verre d'eau de cuisson des pâtes. Égouttez sans les rincer.
8. Hachez ¼ d'une botte de persil (feuilles et tiges fines)
9. Quand la sauce a épaissi (assez pour accrocher aux spaghetti), ajoutez le reste de l'ail haché, du poivre et le thon. Mélangez.
   Ajoutez les spaghetti. Couvrez 3 minutes à feu éteint.
10. Après 3 minutes, réctifiez l'assaisonnement en sel si besoin (mieux : avec du nuoc mam ou de la sauce soja pour un boost d'umami !). Finissez avec le persil haché et un filet d'huile d'olive. Mélangez, c'est prêt !
11. Servez et parsemez de persil frais et de câpres croustillantes.