



Ania Gotuje
Tylko najlepsze przepisy

Spaghetti Napoli

Czas przygotowania: 40 minut

Liczba porcji: około 1200 g dania

Dieta: wegetariańska

Składniki

- 300 g makaronu do spaghetti - waga przed ugotowaniem
- 1200 g świeżych, mięsistych pomidorów - np. San Marzano
- 2 ząbki czosnku - około 10 g
- 3 łyżki ulubionej oliwy
- spora garść świeżej bazylii
- przyprawy: 1 płaska łyżeczka soli i 1/3 łyżeczki pieprzu
- do podania ewentualnie: parmezan

Ukryj zdjęcia

Spaghetti Napoli

Szklanka ma u mnie pojemność 250 ml.

Pomidory ważone były przed obraniem/przygotowaniem. 12

pomidorów San Marzano ważyło u mnie 1200 gramów.

Z 300 gramów suchego makaronu spaghetti otrzymasz po ugotowaniu około 715 gramów makaronu.

Kalorie policzone zostały na podstawie użytych przeze mnie składników. Jest to więc orientacyjna liczba kalorii, ponieważ Twoje składniki mogą mieć inną liczbę kalorii niż te, których użyłam ja. Z podanej ilości składników otrzymasz około 1200 g dania, czyli cztery małe porcje. Zanim zaczniesz szykować swoje spaghetti napoli, polecam najpierw przeczytać cały przepis, by przygotować się odpowiednio wcześniej do kolejnych etapów wykonania.

Spaghetti Neapolitana przepis

Umyj około 1200 gramów świeżych, mięsistych pomidorów. Najlepsze będą zatem pomidory paprykowe, śliwkowe oraz rzymskie (u mnie było to 12 sztuk pomidorów San Marzano). Słodkie, intensywnie czerwone z małą ilością pestek i soku. Usuń skórkę z pomidorów (Trzymając całe pomidory do dwóch minut we wrzątku i zdejmując skórkę ręcznie. Bez sparzania obierasz pomidory przy pomocy specjalnej obieraczki.) oraz wytnij zgrubienie po szypułce. Pomidory przekrój wzdłuż na pół, a następnie małą łyżeczką lub palcami usuń gniazdo nasienne razem z całym sokiem.



Porada: Sok z pomidorów warto zbierać do jednego naczynka. Można go na koniec wypić lub wlać do zupy pomidorowej. Do Spaghetti Napoli gorąco polecam użyć właśnie świeżych pomidorów. W ostateczności można też sięgnąć po dwie puszki pomidorów San Marzano albo też po butelkę gęstszej passaty pomidorowej.

Nagrzewaj szerszą patelnię z grubym dnem (wyższa niż średnia moc palnika). Wlej do niej około 3 łyżki oliwy, a następnie dodaj też obrane i przepuszczone przez praskę dwa ząbki czosnku. Po około 10 sekundach na patelnię dodaj obrane i pozbawione soku połówki pomidorów.

Na pomidory wyłóż solidną garść drobniej pokrojonych listków bazylii. Ja dodałam tym razem mieszankę bazylii tajskiej i greckiej (akurat takie odmiany miałam), ale najlepsza do Spaghetti Napoli jest bazylia pospolita.

Zmniejsz moc palnika i podsmażaj pomidory przez łącznie około 20-25 minut. Nie przykrywaj patelni, ale co parę minut mieszaj jej zawartość przy pomocy drewnianej łyżki. Na pięć minut przed wyłączeniem sosu dodaj też jedną, płaską łyżeczkę soli i 1/3 łyżeczki pieprzu. Pod koniec sprawdź jeszcze smak sosu i zdecyduj, czy chcesz go jeszcze doprawić, czy może dłużej podsmażyć, by był jeszcze gładszy i gęstszy.

Pod koniec szykowania sosu warto ugotować makaron.

Do garnka wlej wodę i zagotuj. Na ugotowanie 300 gramów suchego makaronu potrzebujesz 3 litry wody. Wodę posól dopiero, gdy zacznie się gotować. Do wrzątku wsyp płaską łyżkę soli. W garnku umieść makaron i gotuj al dente.

Gdy makaron zmięknie na tyle, by całkowicie zanurzyć się w wodzie, możesz go zamieszać. Ugotowany powinien być sprężysty, ale nie łamać się po nawinięciu na palec. Makaron spaghetti gotują zazwyczaj o minutę dłużej, niż zaleca producent na opakowaniu.

Ugotowany makaron przełóż na durszlak i od razu na patelnię z gorącym sosem.

Wymieszaj makaron z sosem pomidorowym i od razu nakładaj porcje dania na talerze. Spaghetti Neapolitana można podawać w takiej podstawowej wersji lub udekorować talerz świeżymi listkami bazylii, tartym na małych oczkach lub startym na płatkach parmezanem oraz świeżo mielonym pieprzem.

Smacznego.



Dziękuję za wspólne gotowanie.

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania