



Les plats principaux

Spaghetti au maquereau de la boîte

Pour 4 personnes.

Ingrédients

200 grammes de maquereaux (en huile de tournesol, en boîte)
400 grammes spaghettis (SPAR)
1/2 bouquet de persil
500 grammes filets d'anchois
10 olives noires
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 gousses d'ail
1 piment rouge
poivre
sel

Méthode de préparation

Ciselez l'ail. Coupez les olives en deux. Coupez le piment rouge en rondelles.

Chauffez l'huile dans une poêle en même temps que les anchois et l'ail.

Faites fondre les anchois.

Ajoutez le maquereau. Salez et poivrez. Ajoutez ensuite le piment rouge et les olives. Faites mijoter 3 minutes.

Entretemps cuisez les spaghetti dans de l'eau salée comme indiqué sur l'emballage.

Répartissez les spaghetti sur les assiettes et nappez-les de sauce.

Terminez par le zeste de citron vert et le persil puis poivrez.

