

---

# Cavatelli con piccoli totani

**Autore:** Max Fattorini

**Fonte:** Web

**Un piatto particolare per chi ama la pasta. Semplice da preparare, è una ricetta gustosa e appetitosa. Dal blog La piccola casa**

«Che ne dici se mangiamo un po' di pasta, magari qualcosa di particolare?». Con questa frase la Fra ha esordito sabato durante la preparazione della lista della spesa, la mia risposta è stata ovviamente affermativa, anche se non sono un grande amante della pasta. Il problema era quel: "magari **qualcosa di particolare**".

Uscendo per la spesa ho incominciato a pensare a una possibile ricetta e girando per mercato, pescheria e supermercato la ricetta è nata da sé. Per prima cosa ho visto dei bei totanetti, o piccoli totani che dir si voglia, ne ho preso una bella manciata e li ho subito destinati alla pasta. Uscendo dalla pescheria mi sono diretto verso il mio solito banco del mercato, e tra le varie cose ho preso un po' di pomodori ciliegini e di aneto fresco. Al supermercato ho trovato un formato di pasta particolare: i **cavatelli** pugliesi. A quel punto la ricetta era pronta, gli ingredienti c'erano e domenica sera, dopo una giornata passata ad Arenzano, ho preparato questa ottima e semplice pasta, un po' particolare. Importante è cuocere a parte i totani per poco tempo, poi levarli dal fuoco e metterli in un piatto caldo, quindi cucinare i pomodori nella stessa padella e solo alla fine aggiungere i totani alla pasta, in modo da conservare il sapore di tutti gli ingredienti.

## Ingredienti

400 gr di totani piccoli

300 gr di pomodori ciliegini

160 gr di cavatelli

mezzo cucchiaino di aneto tritato

mezzo cucchiaino di prezzemolo tritato

olio E.V.O. (extravergine di oliva)

mezzo bicchiere di vino bianco secco (io ho usato un Vermentino)

Pulire i totani separando i tentacoli, eliminandone il dente dal tubo, eliminare "l'osso" trasparente e le interiora quindi, aiutandosi con un coltellino, eliminare gli occhi, tagliare ad anelli spessi almeno un dito i tubi e lavarli sotto acqua corrente insieme ai tentacoli. Lavare bene i pomodorini e sbollentarli per un paio di minuti.

Far andare in padella due cucchiaini d'olio e i totani per un paio di minuti quindi aggiungere il vino bianco, una spolverata di sale e pepe e far cuocere per un altro paio di minuti. Levare dalla padella i totani, riaggiungere un cucchiaino d'olio e far andare i pomodorini per una decina di minuti, quindi scollacciarne alcuni ed aggiungere l'aneto e il prezzemolo, aggiustare di sale, far cuocere ancora per un paio di minuti e tenere al caldo.

Portare ad ebollizione l'acqua per la pasta, quindi salare, far riprendere il bollore e cuocervi i cavatelli, scolarli quando sono ancora al dente, anzi un poco prima, quindi farli saltare in padella per un paio di minuti insieme ai pomodori, aggiungendo i totani. Servire al centro del piatto e buona settimana a tutte e tutti!!