

## Цельнозерновые спагетти с мидиями



Время приготовления: 30 min.

Степень сложности: Легкий

### Ингредиенты (4 человека)

#### • Ингредиенты

- Мякоть томатов в кубиках 500g 320 г
- Базилик по вкусу
- Мидии 500 г
- Оливковое масло экстра-класса по вкусу
- Свежий стручковый перец по вкусу
- Спагетти 320 г
- Чеснок 2 зубчика

Для этого рецепта мы использовали:



## Приготовление

1. Открыть мидии, выложив их на сковороду с оливковым маслом, зубчиком чеснока и свежим перцем.
2. После того как мидии открылись, вынуть их из раковины и процедить образовавшуюся жидкость.
3. Нарезать мидии ножом, оставив часть целыми для украшения.
4. Спагетти положить в подсоленную воду, нарезанные мидии поставить на огонь с оливковым маслом, чесноком, базиликом, слитой жидкостью и **Мякоть томатов в кубиках**.
5. Отварить пасту в течение 2/3 времени, указанного на упаковке, затем протушить на сковороде до загустения соуса.
6. Перед подачей украсить блюдо целыми мидиями и свежим базиликом.