

## Pâtes à l'Amatriciana avec cocotte-minute



La cuisson des pâtes demande normalement beaucoup d'eau (3-4 l) et beaucoup d'énergie (gaz) pour faire bouillir l'eau : deux choses qu'on a pas en abondance sur un bateau. Voici donc une recette de pâtes qui minimize l'un et l'autre sans trop nuire au goût.

### **Pâtes à l'Amatriciana (pour 2 personnes) :**

Ingrédients :

- 2-3 cuillères d'huile d'olive
  - un petit oignon (ou 2 echalottes) coupé très finement.
  - 250 gr. de pâtes (par ex. en ordre de preference : penne ou maccheroni ou spaghetti?)
  - une boîte de 250 gr de tomates peelees (?soit des tomates fraiches en morceaux? mais evitez le concentre de tomate !)
  - 100-200 gr de pancetta (ou poitrine de porc ou lard frais?mais pas fume?ou saucisses) coupee en petit morceaux (2-3cm)
1. Faire frire l'oignon dans l'huile dans la cocotte ouverte.
  2. Quand l'oignon commence a jaunir, ajouter la pancetta.
  3. Quand la pancetta commence a jaunir (mais pas bruler !!) ajouter les tomates, bien melanger et laisser cuire a feu doux pendant 5 min..
  4. Ajouter les pâtes, bien melanger et ensuite assez d'eau (qq verres) juste pour couvrir les pâtes (mais pas plus). Saler et encore bien melanger.
  5. Fermer la cocotte et laisser cuire a la vapeur pendant la moitie du temps marque sur la boîte des pâtes (par ex. si sur la boîte c'est marque 12 min. laisser cuire pendant 6 min).

**Important :** ce temps depend un peu du type/marque de pâtes , de la cocotte minute et aussi si on aime les pâtes al dente, etc.

Je conseille, les premiers temps, de reduire ce temps de 1-2 min . de gouter les pâtes et de continuer la cuisson (cocotte ouverte) si necessaire. Notez pour la prochaine fois. Ajouter eventuellement du parmesan rape sur l'assiette.

NB: le parmesan et le pecorino dur, pas le frais, sont des fromages qui se conservent tres bien en bateau.

Un autre avantage de cette methode/recette est q on utilise une seule casserole !