Spaghetti épeautre marinara

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Facile

Ingrédients

375 grammes de spaghetti (épeautre, Soubry)
750 grammes de fruits de mêr (mélange de moule, crevette, etc.)
800 grammes de tomates pelées
100 grammes de pâte de tomate
150 grammes d'oignons (fins)
8 centilitres de vin blanc (sec)
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
15 grammes de persil

Méthode de préparation

1. **Faites cuire les pâtes al dente dans une quantité suffisante d’eau, et laissez égoutter.**
2. **Chauffez l’huile dans une grande poêle et faites revenir les oignons en remuant jusqu’à les ramollir.**
3. **Ajoutez le vin, la purée de tomates et les tomates entières. Faites cuire le tout et laissez ensuite mijoter sur feu doux. Laissez mijoter 10 minutes jusqu’à ce que la sauce s’épaississe légèrement.**
4. **Ajoutez les fruits de mer et faites cuire le tout environ 5 minutes jusqu’à ce que les fruits de mer soient assez cuits.**
5. **Ajoutez ensuite le persil. Mélangez ensuite les pâtes et la sauce. Bon appétit!**