



Strozzapreti con Cannelli

Gli [strozzapreti](#) con cannelli sono uno dei piatti tipici della Riviera Romagnola, una preparazione facile da realizzare, ma ottima da gustare in compagnia.

Utilizzare l'aglio e lasciarlo dorare in un padella con olio assieme alla cipolla precedentemente tagliata; procedere aggiungendo 2 cucchiari di passato di pomodoro già allungati con un mestolo di acqua tiepida. Salare e pepare secondo i gusti per poi lasciar cuocere a fuoco lento per circa 10 minuti. In attesa della cottura è opportuno procedere sgucciando e tritando accuratamente i cannelli.

A metà della cottura procedere aggiungendo al sugo i cannelli precedentemente preparati e lasciar cuocere ancora per circa 30 minuti. Infine si potrà procedere nella cottura degli strozzapreti in acqua bollente per poi aggiungerli al sugo, cospargendo il tutto con prezzemolo tritato fresco a fine cottura.

Approfondimenti:

I cannelli sono dei molluschi dalle ottime carni, vivono infossati nella sabbia del litorale e vengono pescati grazie ad un'apposita tecnica praticata da professionisti. E' bene rifornirsi da rivenditori fidati in quanto i molluschi richiedono una cura estrema per garantirne freschezza e qualità durante l'intera filiera; infine

non trascurare la provenienza degli ingredienti.

Le proprietà dell'aglio:

L'aglio è una delle piante più apprezzate della storia in virtù delle sue esplicite proprietà benefiche antibatteriche, ma è anche ricco di sostanze minerali ed oligominerali, quali magnesio, calcio, fosforo, iodio e ferro; sono presenti tracce di zinco, manganese, selenio, vitamina C (solo nell'aglio fresco), provitamina A, vitamine B1-B2. Viene utilizzato anche per offrire un aspetto più luminoso alla pelle e per favorire la ricrescita dei capelli, regolarizza i livelli di grassi e trigliceridi nel sangue.

[Read More](#)
