

# LE REPAS DES FIANCÉES

(pâtes à la pélamide)

Recette d'Antoine, pêcheur à Bandol



**Temps de préparation :** 35 minutes

**Difficulté :** 🐟🐟🐟

**Nombre de personnes :** 4

## Les ingrédients :

- 400 g de Macaroni
- 2 filets de pélamide
- 1 pot de sauce de tomate
- Huile d'olive



## Préparation :

1. Couper les filets de pélamide en gros cubes de 3 cm environ.
2. Faire revenir les morceaux de pélamide à la poêle avec de l'huile d'olive juste le temps que la pélamide cuise en restant rosée au milieu.
3. Mélanger les morceaux de pélamide cuits avec la sauce tomate et laisser mijoter une dizaine de minutes .
4. Quand la sauce est prête, cuire les Macaroni. Dans de l'eau bouillante salée, plonger les Macaroni et cuire jusqu'à ce que les pâtes soient *al dente*.
5. Mélanger les pâtes avec la sauce et servir bien chaud.

**Dégustez !**