

Calamari ripieni



Descrizione

A Napoli son chiamati "calamar mbuttunat" perchè vengono riempiti e poi ripassati al forno. La nostra ricetta invece è più semplice e prevede l'aggiunta di menta per un gusto diverso, più fresco.

Informazioni

PREPARAZIONE: 20 min

DIFFICOLTÀ: 3

COTTURA: 20 min

DOSI PER: 4 persone

Ingredienti

4 **calamari**

2 fette di **pane**

Prezzemolo q.b.

Menta fresca q.b.

1 spicchio d'**aglio**

2 bicchieri di **vino bianco**

1 **uovo**

20 g di **parmigiano** grattugiato

4 calamari

Preparazione

- 1) Metti a bagno la mollica di pane.
- 2) Pulisci i calamari, senza rompere la sacca: elimina le interiora e la conchiglia all'interno, chiamata gladio.
- 3) Togli la pelle e, con delle forbici, anche occhi e becco.
- 4) Sciacqua i calamari sotto l'acqua corrente.
- 5) Taglia i tentacoli a pezzetti e falli rosolare con un filo d'olio e l'aglio.
- 6) Nel frattempo strizza la mollica di pane e condiscila con prezzemolo, menta fresca, sale e pepe.
- 7) Sfuma i tentacoli con un bicchiere di vino bianco, toglì l'aglio e aggiungi la mollica di pane.
- 8) Metti il composto in un contenitore e aggiungi uovo e parmigiano: amalgama fino ad ottenere un impasto omogeneo.
- 9) Riempi i calamari con il composto e chiudili con uno stecchino.
- 10) Metti in padella i calamari e cuocili con un filo d'olio.
- 11) Sfuma con il vino bianco e procedi la cottura per altri 3 minuti circa.
- 12) A fine cottura aggiungi altra menta finemente tritata.
- 13) Quando avranno assunto un bel colore dorato, toglì i calamari dal fuoco e porta a tavola.

