

SALSE E SUGHI

Fondo di scampi

DOSI PER: 1 pezzi DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 40 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



Il fondo di scampi costituisce una base fondamentale per realizzare dei primi piatti con sugo di scampi o crostacei davvero strepitosi.

Chi di voi non ha un amico che almeno una volta abbia pronunciato le seguenti parole: il meglio degli scampi sta nella testa!

E non aveva tutti i torti! Il senso del fondo di scampi è proprio questo, riuscire ad estrarre dal carapace e dalle teste dei crostacei tutto il sapore per poterlo utilizzare e trasferire nel sugo o nell'intingolo a base di pesce che volete realizzare.

INGREDIENTI

SCAMPI di teste e carapaci - 1 kg

CIPOLLOTTI fresco - 1

SCALOGNO 1

SEDANO 1 costa

SPICCHIO DI AGLIO 1

PASSATA DI POMODORO 100 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PREPARAZIONE

1 Come prima cosa sgusciate gli scampi ricavandone la testa e i carapaci.



2 Fate scaldare l'olio extravergine d'oliva in un tegame e aggiungete le teste ed i gusci che dovrete far rosolare.





3 Per estrarre tutto il sapore dalle teste, prendete uno schiacciapatate e schiacciatele.



4 Nel frattempo pulite e tagliate grossolanamente le verdure.





5 Aggiungete un litro d'acqua al tegame, unite anche le verdure, la passata di pomodoro e

mescolate.





- 6** Fate cuocere e ridurre il fondo di scampi a tegame coperto. Dovrete ottenere un liquido leggermente denso e dal colore aranciato.



- 7** Appena prima di spegnere il fuoco, schiacciate nuovamente le teste ed i gusci con lo schiacciate per estrarne possibilmente ancora più sapore.

Filtrate bene il fondo ed utilizzatelo immediatamente oppure potrete anche congelarlo per averne sempre a disposizione.

