

ANTIPASTI E SNACK

Insalata di vongole all'orientale

LUOGO: [Asia](#) / [Cina](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



L'insalata di vongole all'orientale è un'insalata fresca, leggera ma saporita. Per chi ha qualche perplessità con l'aggiunta del sedano vi consigliamo di provare, ci sta proprio perfetto!

Questa è la ricetta perfetta per sfatare il mito di una cucina orientale complicata e dai mille ingredienti. In questo caso, infatti, non c'è nulla di complicato, si tratta di una ricetta semplice e genuina nella quale l'aggiunta di rucola e condimenti orientali come l'aceto di grano e la salsa di soia conferiscono quella nota orientale che tanto ci piace.

Se volete potete servire quest'insalata di vongole all'orientale come antipastino tiepido in una cenetta

improntata sui sapori orientali, oppure potete godere di questo piatto come secondo leggero dopo un primo piatto più pesante....a voi la scelta!

INGREDIENTI

VONGOLE 500 gr

SURIMI DI GRANCHIO 200 gr

SEDANO 2 coste

ACETO DI GRANO MIZKAN 1 cucchiaino da tavola

SALSA DI SOIA leggera - 1 cucchiaino da tavola

RUCOLA

PREPARAZIONE

1 Come prima cosa, per preparare un'insalata di vongole all'orientale perfetta, dovrete mettere una vaporiera sul fuoco con la parte inferiore colma d'acqua.

Non appena l'acqua inizia a bollire e inizia a svilupparsi il vapore, trasferite le vongole nel cestello bucato e mettetelo sopra la pentola con l'acqua bollente.

Lasciate cuocere le vongole fino a che non siano tutte completamente aperte.

Ovviamente le vongole le avrete tenute a bagno per qualche ora in abbondante acqua leggermente salata, questo vi consentirà di spurgarle dalla sabbia che avranno trattenuto all'interno del guscio.

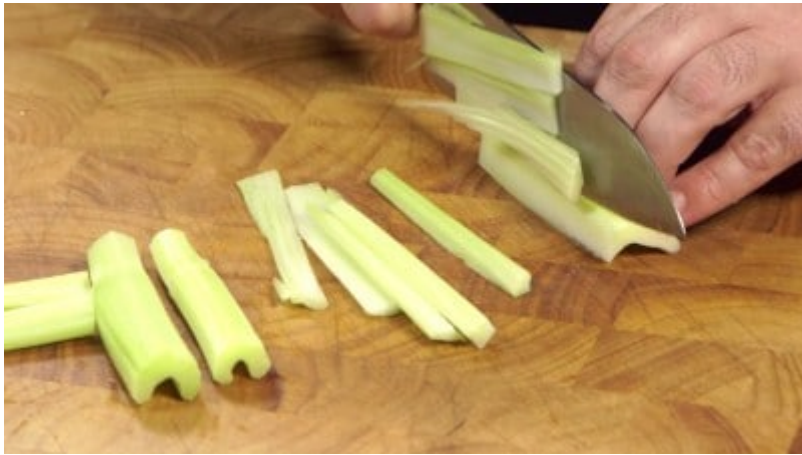


- 2** Mentre le vongole si aprono, tagliate il surimi a tocchetti. Aggiungetelo alle vongole e lasciate cuocere i due ingredienti insieme per un minuto circa.



- 3** Preparate anche il sedano, dapprima rimuovete i filamenti esterni più duri aiutandovi con un pelapatate, quindi tagliatelo a bastoncini sottili.

Aggiungete anche questo ingrediente alla vaporiera e lasciate insaporire gli ingredienti insieme per un altro minuto.



4 Trasferite, a questo punto, le vongole con il surimi ed il sedano in un'insalatiera e conditeli

con un cucchiaino di Mizkan e un cucchiaino di salsa di soia leggera.



- 5** A questo punto l'insalata di vongole orientale è pronta per essere servita in tavola. Disponete della rucola sul fondo dei piatti da portata, quindi distribuite sopra l'insalatina di vongole all'orientale.



CONSIGLIO

Con le vongole per me è sempre un terno al lotto, come si fa ad eliminare tutta la sabbia?

In effetti questo è il punto critico per tanti. Le vongole, fungendo da filtri, tendono a racchiudere al proprio interno tanta sabbia, soprattutto quando vengono pescate tendono a chiudersi ermeticamente conservando al loro interno tutto ciò che in quel momento stavano filtrando.

Per consentirvi di spugarle alla perfezione dovrete cercare di riprodurre il più fedelmente possibile il loro habitat, ovvero dovrete metterle in ammollo in acqua salata o anche meglio in acqua di mare. In questo modo le vongole ricominceranno a filtrare ma avranno solo acqua pulita da incamerare e rilasceranno la sabbia. Il tempo medio di ammollo si aggira intorno alle tre ore.

Quando compro le vongole ne trovo sempre qualcuna già aperta e alcune rotte, è vero che vanno eliminate?

Sicuramente sì! Le vongole devono essere vive appena acquistate e l'indicatore che ci

suggerisce che ancora lo siano è proprio la forza che usano per stare chiuse. Le vongole aperte, va da se, che siano morte, quindi da eliminare. Altrettanto chiaramente anche le vongole con il guscio rotto saranno morte, quindi eliminate anch'esse.