

SECONDI PIATTI

Totani affogati

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 100 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



I totani affogati non sono totani che non sanno nuotare per chissà quale scherzo della natura! Si tratta di totani cotti in abbondante sugo di pomodoro e vino rosso, nel quale vengono appunto affogati in cottura. Il risultato? Una polpa di totano tenerissima e saporitissima con tanto sughetto per poter fare una bella scarpetta con abbondante pane.

Per preparare questi totani ci vuole un po' di pazienza perchè si sa che i molluschi o si cuociono pochissimo, ovvero pochi secondi su padella rovente oppure è necessario stracuocerli per poter ottenere la stessa morbidezza della carne, la via dimezzo in questo caso non va bene, otterreste un prodotto gommoso e difficile da gustare.

Armatevi di santa pazienza e preparate questi totani affogati ai quali potrete accostare anche della polenta, se vi fa piacere oppure abbondate con il pane!

INGREDIENTI

TOTANO 430 gr

VINO ROSSO 40 gr

POMODORI PELATI 420 gr

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SPICCHIO DI AGLIO 1

PREZZEMOLO 4

SALVIA 2 foglie

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Per preparare questi totani affogati dovrete partire proprio dai molluschi che dovrete pulire per bene eliminando le interiora presenti nella sacca, sarà sufficiente tirare i tentacoli e insieme a questi verranno via anche gran parte delle interiora.

Spellate la sacca e rimuovete la cartilagine presente nella polpa della stessa sacca.

Rimuovete il becco presente nel centro dei tentacoli.

A questo punto non vi resta che tagliare i tentacoli a pezzetti e affettare grossolanamente le sacche.

Se non sapete molto bene come pulire i totani, fatevi aiutare dal vostro pescivendolo, voi a quel punto dovrete solo tagliare il mollusco a pezzi.

2 Fate scaldare un bel giro d'olio extravergine d'oliva in una padella piuttosto capiente, aggiungete uno spicchio d'aglio, un peperoncino rosso piccante se vi piace e un paio di

foglie di salvia.

- 3 Quando l'olio inizia a sfrigolare e appaiono delle bollicine tutt'intorno agli ingredienti messi nel soffritto, aggiungete i soli tentacoli del totano che dovranno rosolare in più spazio, dopo pochi minuti unite anche le sacche e lasciate che rosolino a fuoco vivace.
- 4 Quando non ci sarà più liquido sul fondo della padella, sfumate la preparazione con il vino rosso mantenendo sempre il fuoco alto cosicché la parta alcolica del vino possa evaporare molto velocemente.
- 5 Quando il vino sarà evaporato, dovrete aggiungere i pelati. Noi li abbiamo lasciati interi ma se preferite potrete anche frullarli prima di aggiungerli alla padella.

Salate adeguatamente e aggiungete il prezzemolo tritato.

- 6 Lasciate cuocere i totani affogati per un'ora e mezza a fuoco moderato, aggiungendo, se necessario, poca acqua calda.

Al termine della cottura non vi resterà che aggiungere un altro po' di prezzemolo fresco tritato e impiattare i totani per essere serviti in tavola ancora ben caldi.