

ANTIPASTI E SNACK

Antipasto caldo di seppioline

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

seppioline
treccione affumicato
filetto di sogliola
pesce capone
pane
aglio
olio
prezzemolo
salsa di pomodoro
peperoncino
pepe bianco
timo
origano.

PREPARAZIONE

1 Pulite le sepioline togliendo l'osso e facendo attenzione a non rompere la sacca.



2 Mettete in un piatto i tentacoli ed in un altro le sacche.



3 Cuocete i tentacoli per 4-5 minuti in un sugo di pesce a base di pesce capone, aglio, olio, prezzemolo, salsa di pomodoro e peperoncino.

Assaggiate e quando sono cotti, bastano pochi minuti, spegnete e mettete da parte.



4 Tritate la sogliola fritta e fate a dadini il treccione.



5 Riempite ogni sacca con il cubetto di formaggio e chiudete con la polpa di sogliola che non consentirà al formaggio dopo la fusione di uscire fuori, senza dover quindi utilizzare stecchini.

Cucinate in teglia con un filo d'olio, sale, pepe bianco, timo, peperoncino e origano.



6 Infornate a 180°C per 15 minuti.

Condite le fette di pane abbrustolito con il sugo dei tentacoli ed accompagnate con le sepioline ripiene.