

SECONDI PIATTI

Aragosta alla sarda

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sardegna](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [elevato](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



PREPARAZIONE

1 Piatto superbo e di facile esecuzione.

Procuratevi delle aragoste vive, legatele con la coda ripiegata oppure stese su una tavoletta a misura e, completamente sommerse in acqua giustamente salata, fatele bollire per 15/20 minuti.

Due avvertimenti: -l'acqua di mare, se vi riesce di procurarla pulita, è quella giusta - il tempo di cottura dipende molto dalla grandezza dell'aragosta, per cui è bene controllare di tanto in tanto staccando una zampetta di cui, se cotta al punto giusto, sfilerete

facilmente la polpa.

Solo quando sarà ben fredda, potrete procedere alla preparazione: tagliate la coda e sbucciatela, badando di non rovinare la polpa che taglierete in fette spesse poco più di un centimetro; spolpate la testa, tenendo da parte insieme ai medaglioni ottenuti dalla coda i pezzi di polpa più grossi, raccogliete i pezzetti più piccoli in una ciotola insieme a tutte le uova e le interiora, che si presentano come una poltiglia nero-verde, e che potete recuperare con un cucchiaino (attenzione a scartare lo stomaco che generalmente è pieno di sabbia ed il lungo budello che corre lungo la sommità della coda).

Passate, magari al frullatore, il contenuto della ciotola aggiungendo olio extra-vergine, sale, pepe, aceto e limone. Otterrete una salsetta molto particolare (allungatela a piacere con l'olio, l'aceto ed il limone) con la quale condirete i medaglioni ed i pezzi di aragosta tenuti da parte.

Disponeteli con cura su un piatto, sul quale avrete posto delle foglie di lattuga, guarnite con tutte le zampette ben disposte attorno e con fettine di limone.

NOTE

Ricetta fornita dall'Azienda Autonoma di Soggiorno e Turismo di Sassari