

SECONDI PIATTI

Calamari con pomodori e capperi

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

1 kg calamari tagliati ad anelli
400 g di polpa di pomodoro
100 g di olive snocciolate verdi e nere
1 cucchiaio di capperi sotto sale
2 spicchi d'aglio
un dado star classico
olio evo qb
sale qb
origano
un peperoncino solo i semi interni
(facoltativo).

PREPARAZIONE



- 2 Per prima cosa mettiamo i capperi sotto l'acqua corrente per togliere il sale, strizziamoli bene e mettiamoli da parte scaldiamo l'olio mettiamo i due spicchi d'aglio schiacciati che poi alla fine toglieremo e doriamoli.



- 3 Sciogliamo bene il dado



4 e uniamo i calamari. Rosoliamoli nel sughetto per 5 minuti, uniamo la polpa di pomodoro, mescoliamo bene per altri 5 minuti e poi uniamo capperi e olive



5 Proseguiamo la cottura per altri 5 minuti a fiamma media, mettiamo una bella spolverata di origano, coprite parzialmente con un coperchio, in tutto la cottura durerà non più di 25 minuti.

Vi consiglio di non mettere sale.

