

SECONDI PIATTI

Calamari in umido

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

4 calamari di media grandezza puliti e tagliati
1 cipolla bianca
1 scatola di pelati da 400 g
4 cucchiari di olio extravergine di oliva
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Tritare la cipolla.

In una padella fate rosolare la cipolla tritata con l'olio e 4 cucchiari di acqua.



2 Quando la cipolla diventa trasparente unire il pomodoro pelato tagliuzzato.



3 Cuocere il pomodoro.

A metà cottura aggiustare di sale e pepe (aggiungere un pizzico di zucchero se il pomodoro fosse aspro).

Unire i calamari.



4 Mescolare e continuare la cottura per circa 15 minuti.



5 Servire ben caldo.

