

SECONDI PIATTI

# Calamari ripieni

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **30 min**    COTTURA: **50 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



I **calamari ripieni** sono un ottimo secondo piatto, ricco dei sapori della cucina mediterranea dove i calamari sono protagonisti ma anche capperi, olive, pane e pomodori fanno di sicuro la loro parte. La **ricetta dei calamari ripieni** è piuttosto breve, una volta farciti vi sarà sufficiente infornarli ed il gioco è fatto! Una ricetta di pesce gustosa e saporita che di sicuro piacerà ai vostri ospiti.

Un mollusco che si trasforma in una vera a propria cornucopia, ricca di sorprese di gusto e sapore, noi vi proponiamo la nostra versione ma ne esistono tantissime varianti, scegliete voi quella che più

corrisponde ai vostri gusti!

## INGREDIENTI

CALAMARO grandi (oppure 8 piccoli) - 4

OLIVE VERDI 100 gr

CAPPERI SOTT'ACETO 2 cucchiaini da  
tavola

PANE raffermo - 1 fetta

POMODORI CILIEGINI 200 gr

SPICCHIO DI AGLIO 1

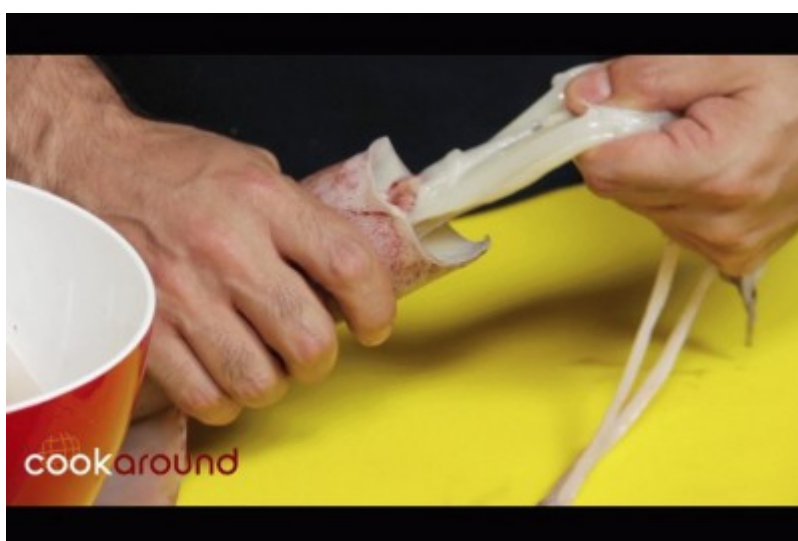
PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare i calamari ripieni, pulite i molluschi separando i tentacoli dalla sacca, levate la cartilagine presente all'interno della sacca, rimuovete le ali e la pelle.





**2** Sciacquate le sacche, dividete i tentacoli dalle interiora e dagli occhi e tagliateli a pezzi.



**3** Preparate il ripieno: scaldate in una padella un giro d'olio extravergine d'oliva con uno spicchio d'aglio e i tentacoli tagliati a pezzi.



- 4 Rosolate bene i tentacoli, quindi aggiungete le olive verdi e i capperi sottaceto; salate adeguatamente.



- 5 Quando il tutto sarà ben rosolato, aggiungete alla padella del pane raffermo sbriciolato grossolanamente e lasciate che s'ammorbidisca con i sughi di cottura dei tentacoli.



- 6 Trasferite tutto il contenuto della padella in un mixer, aggiungete dell'olio extravergine d'oliva, un peperoncino e qualche fogliolina di prezzemolo.



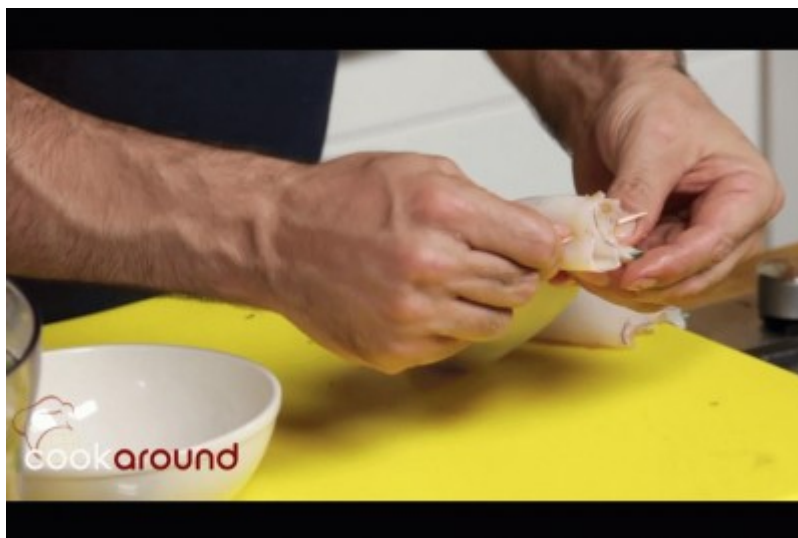


**7** Azionate il mixer ad intermittenza in modo tale da ottenere un composto rustico.

Farcite con questo composto le sacche riempiendole completamente poichè il ripieno non si gonfierà in cottura.



**8** Chiudeteli con uno stuzzicadenti ed adagiateli in una pirofila unta con un giro d'olio.



- 9 Tagliate a metà i pomodorini già lavati e uniteli alla pirofila insieme ad alcune olive verdi e ad un cucchiaio di capperi sottaceto.



- 10 Infornate a 180°C per circa 40 minuti.



- 11 Una volta cotti, sfornate i calamari ripieni e serviteli nappandoli con il sugo di verdure nella teglia.

NOTE