

PRIMI PIATTI

Conchiglioni ripieni al ragù di mare

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

DOSI PER: [6 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [35 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



una vaschetta di misto mare x risotto
surgelato
20 gamberetti freschi
20 cozze fresche già aperte con l'acqua di
cottura
5 totani freschi
300 g di filetto di merluzzo surgelato
6 bastoncini di surimi surgelato
3 cucchiaini di besciamella
1 bicchiere di vino bianco
2 cucchiaini di olio
una noce di burro
1 spicchio di aglio
un pizzico di peperoncino.

PREPARAZIONE

1 Preparate il ragù: tritare il misto mare, tagliuzzate il surimi, sgusciate i gamberetti e tagliuzzate i tentacoli dei totani.

In una larga padella fate soffriggere l'olio con l'aglio, aggiungete il pesce e lasciate insaporire un paio di minuti, sfumare con il vino abbassate la fiamma e fate cuocere senza coperchio.

In una seconda padella fate sciogliere il burro, aggiungete il merluzzo, sminuzzatelo e fate cuocere per 5 minuti aggiustando di sale e pepe.

Unite il merluzzo al resto del pesce e continuate la cottura per altri 5 minuti, se dovesse risultare troppo secco aggiungete l'acqua di cottura delle cozze. Infine salate, pepate e aggiungete un pizzico di peperoncino.

Togliete dal fuoco e aggiungete la besciamella.



- 2 Mentre il ragù cuoce fate bollire in una larga pentola l'acqua con del sale, cuocete i conchiglioni per 3 minuti, scolateli e fateli asciugare sopra un panno pulito.

Mescolare la besciamella con la salsa di pomodoro.

Sul fondo di una pirofila mettete un poco di salsa.



- 3 Riempite i conchiglioni con il ragù e disponeteli nella pirofila, devono rimanere vicini tra di loro.



4 Coprite con altra salsa mescolata con la besciamella.



5 Coprite con della carta stagnola e infornate a 200°C per 10 minuti o finchè sono cotti.

Servite con un poco di prezzemolo.

