

SECONDI PIATTI

## Corona di couscous ai tentacoli di calamari

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **media**    COSTO: **medio**    REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



### INGREDIENTI

Cous cous  
spinaci freschi  
tentacoli di calamari  
mandorle o noci  
pomodorini  
peperoncino  
aglio  
cipolla.

### PREPARAZIONE

- 1 Soffriggere la cipolla tagliata sottile e aggiungere il cous cous precotto e le noci (o mandorle) tritate grossolanamente. Bollire dell'acqua (quanto ne descrive espressamente il pacco del vostro cous cous ) e aggiungete al cous cous fuori dal fuoco, copritelo con un panno e far riposare fino a che la semola non avrà assorbito tutta l'acqua



2



3



4

In un altro pentolino soffriggere l'aglio in camicia schiacciato, unire i tentacoli di calamaro e far rosolare un pò. Aggiungere gli spinaci tagliati grossolanamente



5



6

e, appena si saranno appassiti gli spinaci, il pomodorino tagliato a dadini e un pò di peperoncino. Continuare a far rosolare, vedrete che si formerà un sughetto fantastico. Appena il sughetto sarà pronto sgranare con le mani il cous cous che nel frattempo sarà gonfiato



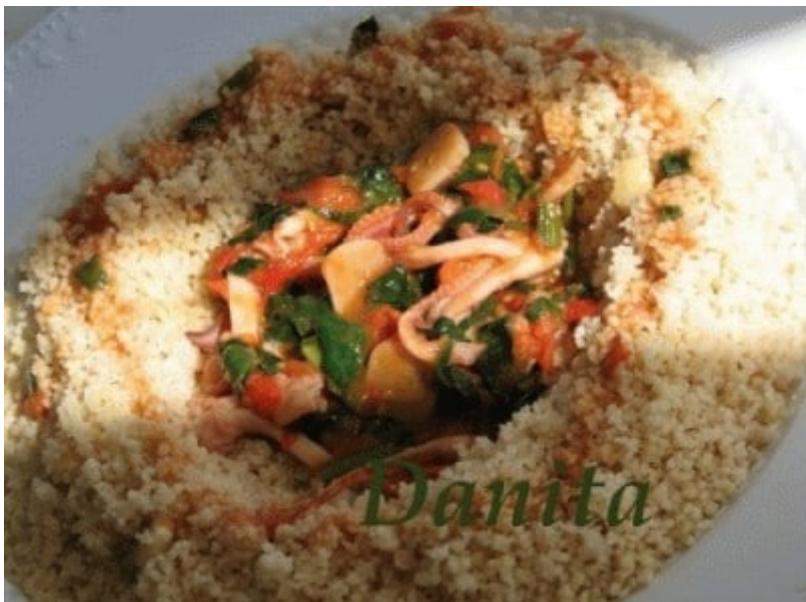
7



8

In un piatto, formare una corona con il cous cous, mettere il condimento al centro e irrorare la corona con il sughetto.

Ed ecco il vostro piatto, buonissimo caldo, ma vi assicuro, ancora più buono, il giorno dopo, freddo, mescolato



9

