

PRIMI PIATTI

Sedani con calamaretti e pomodori secchi

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [12 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



INGREDIENTI

CALAMARETTI 200 gr

SEDANI RIGATI 400 gr

CAPPERI 20 gr

POMODORI SECCHI 20 gr

CIPOLLE rossa - ½

SPICCHIO DI AGLIO 1

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREZZEMOLO 1 ciuffo

Ecco proprio un piatto perfetto per chi ama i primi di mare dagli abbinamenti insoliti. I sedani con calamaretti e pomodori secchi sono proprio facili e buoni. Piatto facile e veloce: il sugo a base di calamaretti acquista un gusto particolare e tutto mediterraneo con la presenza dei pomodori secchi e dei capperi. Ottimo per un pranzo a base di pesce da preparare velocemente. E se amate questo ingrediente in modo particolare, provate anche quest'altra ricetta: li avete mai fatti su [spiedini](#)? Sono davvero deliziosi!

PREPARAZIONE

- 1 Lavate e pulite i calamaretti, tagliateli a rondelle. In una padella, con l'olio, rosolate la cipolla e l'aglio tritati, aggiungete i capperi, precedentemente sciacquati e i pomodori secchi, tagliati a filetti, lasciate insaporire per 2 minuti.



- 2 Aggiungete i calamaretti, lasciate cuocere il tutto, per 10 minuti a fiamma moderata, insaporite di sale, qualora ce ne fosse bisogno.



- 3 A parte lessate i sedani in abbondante acqua salata, scolateli al dente e saltateli nella salsa dei calamaretti, servite in tavola con una spruzzata di prezzemolo tritato e una macinata

di pepe di mulinello.