

SECONDI PIATTI

Seppie e gamberetti in umido con piselli

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 30 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

4 seppie
1 cipolla
1 peperoncino
1 bicchiere di vino bianco
200 g di piselli (anche surgelati)
4 cucchiari di olio extravergine di oliva
200 g di gamberetti
poco prezzemolo
pepe.

PREPARAZIONE

1 Pulite le seppie e tagliatele a striscioline.

Tritare finemente la cipolla.

In una padella mettete l'olio, il peperoncino sminuzzato, la cipolla e soffriggere.



2 Quando imbiondisce, unite le seppie.



3 Fate cuocere circa 5 minuti e sfumare con il vino bianco.



4 Lasciate evaporare quindi aggiungete i piselli.



5 Dopo circa 5 minuti unite i gamberetti.



6 Lasciate cuocere per 10-15 minuti e alla fine spolverate con pepe e prezzemolo tritato.

