

SECONDI PIATTI

Seppie ripiene alla pescatora

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

SEPPIE grandi - 4
COZZE 200 gr
VONGOLE 100 gr
LUPINI 100 gr
TELLINE 100 gr
MOLLICA DI PANE
POMODORI 500 gr
PARMIGIANO REGGIANO 100 gr
SPICCHIO DI AGLIO 2
UOVA 2
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

1 Soffriggete in una padella uno spicchio d'aglio con un po' d'olio, unite i frutti di mare e coprite.

Quando si saranno aperti, toglieteli dal fuoco, sguusciateli e versateli in una zuppiera dove avrete battuto le uova con il formaggio, la mollica di pane bagnata e strizzata ed un pizzico di sale.

Amalgamate bene il tutto e riempite con il composto le seppie che avrete lavato e pulito in precedenza.

Cucite accuratamente le seppie con del cotone bianco e fatele rosolare con l'olio, uno spicchio d'aglio ed il peperoncino. Quando saranno ben dorate, aggiungete i pomodori e terminate la cottura.

Servite le seppie calde con del prezzemolo tritato.