

SALSE E SUGHI

Sugo rosso misto mare

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

1 seppia piccolina
gamberi rossi
gamberi rosa
pescespada
cozze nere
vongole
olio
sale
prezzemolo
aglio
vino bianco
passata di pomodoro.

PREPARAZIONE

1 Sgusciare a crudo i gamberi, aprire le cozze e le vongole in una padella con del vino bianco,

tenere il sugo delle vongole da parte e filtrare.



- 2 Mettere in una padella dell'olio extravergine d'oliva, aglio a lamelle e prezzemolo tritato (peperoncino facoltativo).



- 3 Quando il soffritto inizia a rilasciare il suo profumo unire parte dell'acqua di cottura delle vongole, la seppia tagliata a listarelle.

Fare rosolare, sfumare con il vino bianco e lasciare evaporare



- 4 Versare il resto del pesce, far insaporire, aggiungere la passata di pomodoro e cuocere per cinque minuti, unire le cozze e le vongolo precedentemente sgusciate e terminare la cottura in pochi minuti.





NOTE

Il pesce varia in base a quello che si trova di fresco. Occorre pesce a polpa bianca, qualche mollusco, dei crostacei.