

SECONDI PIATTI

Totani al limone e prezzemolo

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

1 kg di totani
2/3 spicchi d'aglio
peperoncini interi
succo di due limoni
olio evo
sale.

PREPARAZIONE

- 1 In una padella mettere l'olio, l'aglio sbucciato lasciato intero o tagliato a metà (a seconda della grandezza), e il peperoncino spezzettato.



2 Pulire i totani, lavarli sotto acqua corrente, e ridurli ad anelli

Mettere sul fuoco a fiamma moderata e fare imbiondire l'aglio, a questo punto togliere gli spicchi d'aglio e i pezzetti di peperoncino, aggiungere i totani e salare.



3 Lasciare cuocere a fuoco vivo per 10 minuti, poi abbassare la fiamma e coprire con il coperchio e far cuocere per 15 minuti, se dovesse asciugarsi aggiungere acqua o vino bianco (io preferisco il vino)

Nel frattempo spremere i limoni e tritare il prezzemolo.

Quando sono quasi cotti aggiungere il prezzemolo tritato.



4 e il succo di limone,



5 lasciare cuocere qualche secondo in modo che si formi una salsa, spegnere e servire immediatamente.