

ANTIPASTI E SNACK

Zuppetta di seppioline

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



La **zuppetta di seppioline** è un piatto saporitissimo che può andar bene sia come antipasto sia come primo in una bella cenetta a base di pesce! Si tratta di un piatto a base di seppie piccole molto buono e delicato, perfetto sia d'estate che d'inverno. Pur essendo un piatto di mare molto gustoso è altrettanto semplice da realizzare. Si presenta bene così come esce dal tegame ma alternative di presentazione ce ne sono svariate e decisamente numerose: si va dal pane casareccio tostato e abbrustolito ai crostini croccanti e dorati al forno la rendono ancora più appetitosa, e se vi piace potete aggiungere ad esempio del cous cous! Se come noi amate le seppioline provate anche le [seppie con risotto](#)

: piatto buonissimo dal gusto intenso di mare!

INGREDIENTI

SEPPIOLINE 500 gr

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREZZEMOLO 1 ciuffo

POMODORO PELATO 400 gr

VINO BIANCO 1 bicchiere

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

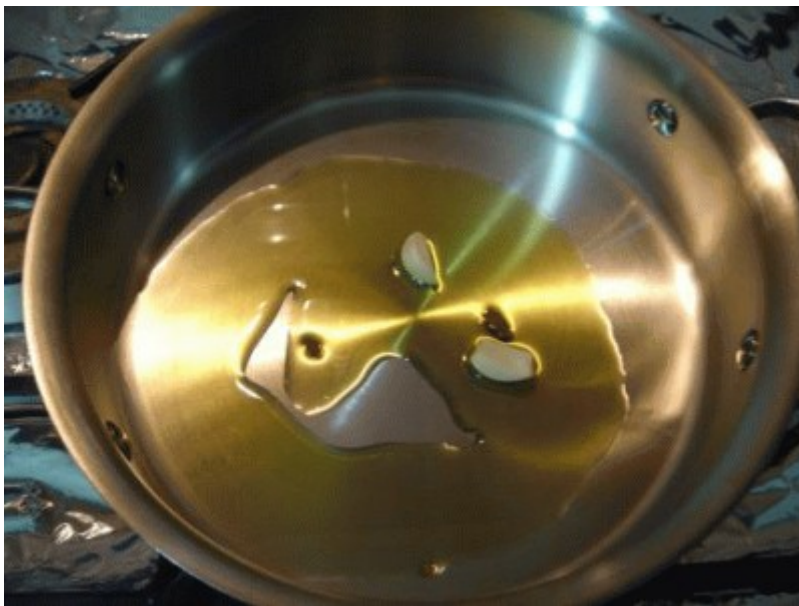
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SALE

PEPE BIANCO

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la zuppa di seppioline, per prima cosa fate appena appena soffriggere olio, aglio e peperoncino.



- 2 Aggiungiamo le seppioline tagliate a striscioline e facciamole scottare un po'.



3 A questo punto versate un bicchiere di vino bianco e lasciate cuocere per 5 minuti.



4 Aggiungiamo, infine, il pomodoro pelato sminuzzato con la forchetta e mezzo bicchiere di acqua.

Coprite con un coperchio e fate cuocere a fuoco lento.



5 Servite la zupetta di seppioline con crostini di pane, prezzemolo ed una spolverata di pepe bianco.

CONSIGLIO

Posso utilizzare la stessa ricetta e lo stesso procedimento usando per dei polipetti?

Sì va benissimo, verrà ottima!

Quanto tempo si conserva questa zuppa di seppioline?

Puoi conservarla in frigo per un giorno.