

SECONDI PIATTI

## Calamari in tegame alla messinese

---



Se volete realizzare una buona ricetta di pesce, ma che sia anche molto semplice da fare, i calamari in tegame alla messinese, sono proprio ciò che fa per voi. Una ricetta tipica, legata alla tradizione siciliana, che come sempre sfrutta in maniera impeccabile cosa offre la sua terra.

La realizzazione di questi calamari in tegame è molto facile, una ricetta adatta anche a chi non è molto pratico ai fornelli ma vuole comunque cimentarsi con un piatto di pesce sfizioso e saporito. Spesso la cottura dei calamari non ci soddisfa, seguendo invece i nostri consigli verrebbe tenero e assolutamente non elastico, proprio come dovrebbe essere.

In questo caso i calamari fanno da padrone. Il pomodoro, il prezzemolo, l'aglio e il peperoncino poi ne vanno ad esaltare il gusto. Provate questa preparazione squisita e se siete alla ricerca di altre

ricette con il calamari ecco nuove e gustose idee per voi:

[calamari con patate](#)

[zuppetta di peperoni e calamari](#)

[calamari ripieni al forno](#)

## INGREDIENTI

CALAMARI 1 kg

ACCIUGHE SOTTO SALE 3

POMODORI PELATI 400 gr

SPICCHI DI AGLIO 2

PREZZEMOLO 1 mazzetto

CONCENTRATO DI POMODORO 1

cucchiaino da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SALE

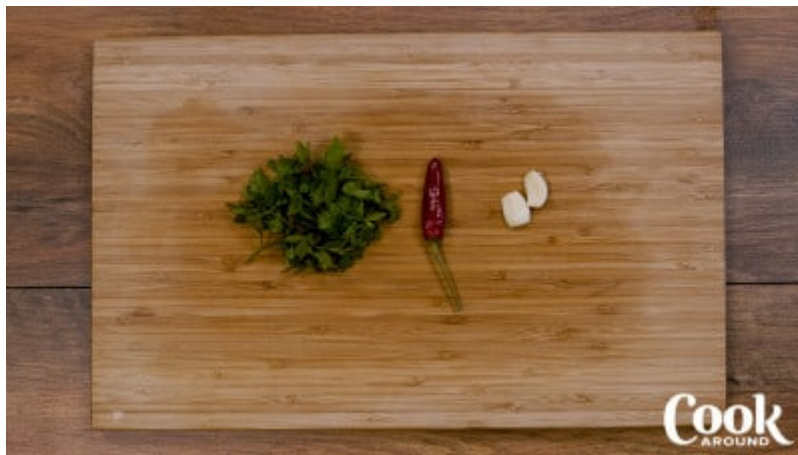
## PREPARAZIONE

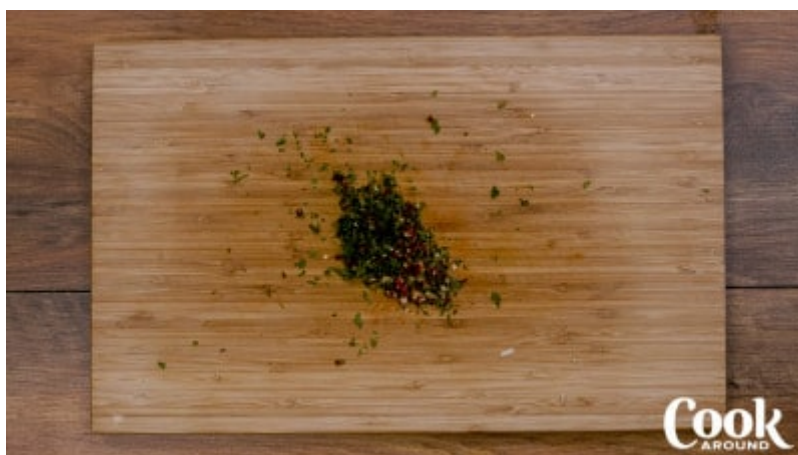
**1** Lavate con cura i calamari e tagliateli in tre, quattro pezzi, a seconda della loro grandezza.





2 Fate un trito d'aglio peperoncino e prezzemolo.





**3** Fate imbiondire il trito d'aglio peperoncino e prezzemolo in un tegame con l'olio; poi, aggiungete le acciughe



dissalate, diliscate e spezzettate e sciogliete nel condimento.

Appena la salsina sarà omogenea, unite i calamari e fate insaporire per circa 5 minuti fuoco medio.

Appena il fondo di cottura si sarà ristretto, versate i pomodori sminuzzati, una presa di sale. Coprite e cuocete, su fiamma bassa, per mezz'ora incorporando se necessario poca acqua calda.









4

Servire con un giro di olio a crudo e prezzemolo tritato.

