

SECONDI PIATTI

Seppie e fagioli cannellini

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



Seppie e fagioli cannellini, che grande accoppiata! Di certo un piatto che può essere consumato come piatto unico, ma è tranquillamente un gustoso secondo e piacerà soprattutto a chi ama mixare gusti e consistenze differenti e insolite. Il piatto è indicato per una cena a base di pesce e se servito in coppette può essere anche un ottimo finger food, magari durante una cena estiva, perché molto saporito anche da freddo. Provate questa ricetta gustosa e fateci sapere cosa ne pensate lasciandoci un commento. Se cercate altre ricette con i fagioli, magari diverse e non banali, perché non provate anche la ricetta della [pasta e fagioli con le vongole](#)? Davvero eccezionale!

INGREDIENTI

SEPPIE 500 gr
FAGIOLI CANNELLINI 500 gr
CIPOLLA ROSSA medio-piccole - 2
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
PREZZEMOLO 1 ciuffo
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Per preparare seppie e fagioli cannellini innanzitutto partite col mettere in ammollo le cipolle rosse tagliate a listarelle in acqua fredda per circa 15 minuti. Quindi pulite le seppie dalla viscica, eliminate le ali e tagliate a rettangoli la parte centrale, praticando delle incisioni senza arrivare fino in fondo aiutandovi con degli stecchini. Da ogni rettangolo inciso, ricavate altri rettangoli più piccoli, incidendoli anche nell'altro verso. Fate scaldare in una padella un giro di olio extra vergine di oliva e quando sarà della giusta temperatura, mettetevi a rosolare le seppie. Quando si saranno incurvate regolate di sale e togliete dalla padella. Aggiungete le seppie ad un contenitore in cui già ci sono i cannellini lessati e freddati. Mescolate aggiungendo anche le cipolle e una gustosa spolverata di peperoncino. Impiattare seppie e fagioli cannellini, aggiungendo un filo d'olio e qualche ciuffo di prezzemolo tritato.

CONSIGLIO

Posso anticiparmi nella preparazione?

Sì anche perché se fatta riposare è ancora più gustosa.

Potrei realizzare questa ricetta anche con i calamari?

Certo, facci sapere com'è andata!

Ho comprato più seppie del dovuto, cosa potrei fare?

Puoi provare un piatto buonissimo: [burrida di seppie!](#)