

SECONDI PIATTI

# Astice alla Catalana

di: *cindystar*

---

LUOGO: Europa / Spagna

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    PREPARAZIONE: 35 min    COTTURA: 8 min    COSTO: elevato

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

---



## INGREDIENTI

2 astici freschi  
4-5 pomodori  
2-3 cipolle  
3-4 cucchiari di olio extravergine di oliva  
sale e pepe.

## PREPARAZIONE



**2** Tagliare a fettine pomodori e cipolle.

Se il sapore troppo forte della cipolla disturba, si può mettere in ammollo in acqua leggermente tiepida con un goccio di aceto per 10-15 minuti.



**3** Tagliare gli elastici che chiudono le chele grandi degli astici: per farlo con più tranquillità strofinare le punte delle antenne con le dita in modo da tranquillizzare il crostaceo.



- 4 Con gesto deciso immergere gli astici uno per volta in in una pentola con acqua bollente, avendo l'accortezza di chiudere subito col coperchio la pentola dopo ogni astice.



5 Fate riprendere il bollore e cuocete per 5-8 minuti, dipende dalla grandezza del crostaceo.



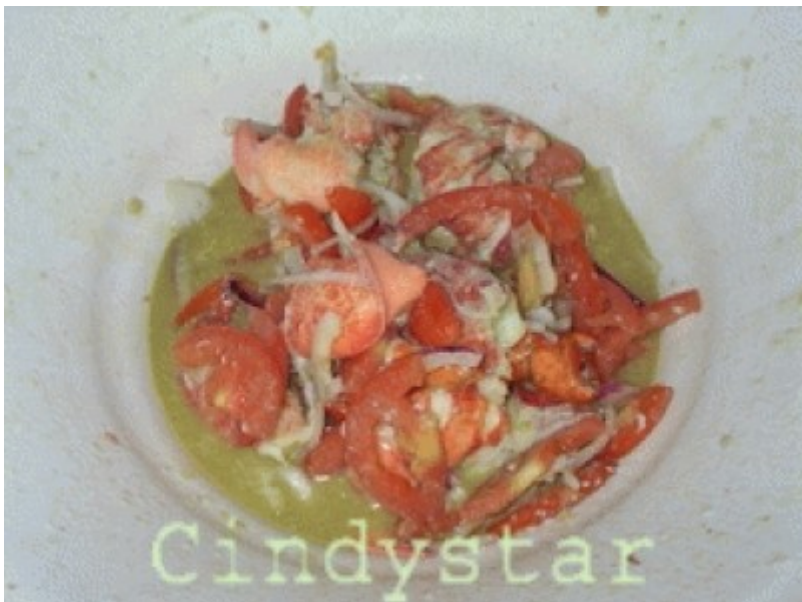
6 Scolate e fate raffreddare leggermente.



- 7 Tagliare il carapace del corpo ed estraete tutta la polpa, aiutandovi con le apposite pinze (o anche il trinciapollo).

Mettetele in una ciotola, unite la cipolla, i pomodori, olio, sale e pepe e mescolare bene.

Per insaporire aprite la testa dei crostacei ed estrarne il liquido che farà parte del condimento.



- 8 Disponete sul piatto da portata le teste, la polpa condita e le chele grandi, irrorare col sugo e servire.

