

SECONDI PIATTI

Calamari in tegame

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia / Sicilia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **15 min** COTTURA: **50 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Calamari in tegame: una maniera semplice e gustosissima per cucinare questo versatile ingrediente. Il segreto per una buona riuscita del piatto? La qualità degli ingredienti ovviamente...

INGREDIENTI

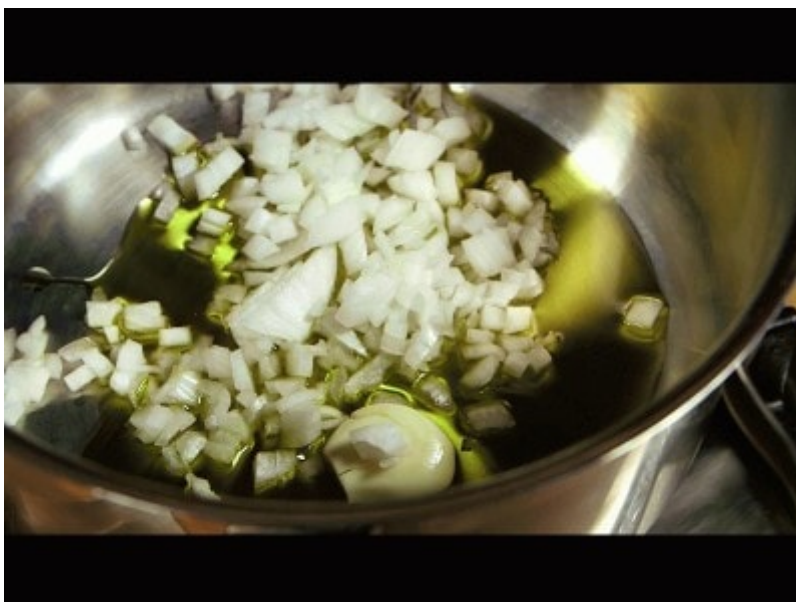
CALAMARO già puliti - 1 kg
CIPOLLE 1
SPICCHIO DI AGLIO 1
POMODORO PELATO 200 gr
PREZZEMOLO ciuffo - 1
PINOLI 1 cucchiaio da tavola
UVETTA 1 cucchiaio da tavola
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

Preparazione

1 Tagliate ad anelli i calamari; lavateli e sgocciolateli bene.



- 2** Fate imbiondire l'aglio schiacciato (lo eliminerete a fine cottura) in un tegame di coccio, con la cipolla tritata e 5 cucchiari di olio; aggiungete i pomodori schiacciati con la forchetta, il prezzemolo tritato, l'uvetta e i pinoli e lasciate brevemente insaporire.





- 3 Unite, quindi, i calamari, una presa di sale e una spolverata di pepe e cuocete coperto per 20 minuti.



- 4 Incorporate, infine, un mestolino d'acqua calda e proseguite la cottura, su fiamma bassa, per circa 20 minuti.



- 5 Servite i calamari in tegame ben caldi.

