

SECONDI PIATTI

Calamari in teglia

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa** / **Italia** / **Lazio**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **25 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

CALAMARO 1 kg

CIPOLLE 1

ALICI O ACCIUGHE SOTT'OLIO 2

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Preparate i calamari per la cottura, lavateli bene e tagliateli a pezzi quadrati. Soffriggete in una teglia la cipolla tritata finemente con l'olio.

Aggiungete i pezzi di calamari, qualche filetto d'acciuga tagliuzzato e prezzemolo triato;

aggiustate di sale e pepe.



- 2 Mescolate di tanto in tanto e, a cottura ultimata, completate la preparazione con un filo di succo di limone.

