

SECONDI PIATTI

Calamari in umido in bianco

di: *Cookaround*

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sicilia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [50 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

CALAMARO 1 kg
SPICCHIO DI AGLIO 2
PREZZEMOLO 1 ciuffo
VINO BIANCO ½ bicchieri
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Lavate con cura i calamari e asciugateli; tagliate ad anelli le sacche e spezzettate i tentacoli. Fate imbiondire un trito di aglio e prezzemolo (se desiderate eliminare l'aglio, lasciatelo intero) in un tegame, preferibilmente di coccio, con l'olio.

Aggiungete i calamari e rigiratelvi per un paio di minuti nel condimento



2 Bagnate con il vino e lasciate evaporare.



3 Salate, pepate e cuocete coperto, su fiamma molto bassa, per circa 40 minuti, incorporando, se necessario, mezzo bicchiere d'acqua calda.