

SECONDI PIATTI

Calamari ripieni alla siciliana

di: *Cookaround*

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

DOSI PER: [4 persone](#)

DIFFICOLTÀ: [bassa](#)

COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

CALAMARO 8

PANGRATTATO 250 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

PREZZEMOLO 1 ciuffo

SPICCHIO DI AGLIO 2

SALE

PEPE NERO

Preparazione

- 1 Occorrono 2 calamari di media grandezza a persona. Puliteli, togliete la pellicola esterna alle "sacche" e dividete la testa dai tentacoli. Tritate i tentacoli per il passaggio successivo.

In una padella con poco olio tostate 200 g di pangrattato ed unitevi i tentacoli tritati appena messi da parte.



2 Versate il composto in una terrina e aggiungetevi un cucchiaio di prezzemolo tritato, 2 spicchi d'aglio anch'essi tritati, sale e pepe.

Lavorate il tutto con una spatola di legno ammorbidendo il composto eventualmente con qualche goccia d'olio.

Riempite con questa farcia le sacche dei calamari fermandole con uno stuzzicadenti.



3 Allineate i calamari farciti sul fondo di una pirofila ben unta d'olio, irrorateli con altro olio d'oliva, aggiustate di sale e pepe, quindi mandatele in forno per la cottura. Servite i calamari ben caldi.