

SECONDI PIATTI

Calamari ripieni in tegame

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [70 min](#) COTTURA: [50 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



I **calamari ripieni in tegame** sono un [secondo piatto di mare](#) gustoso e saporito. I calamari, grazie alla loro forma che li rende dei **perfetti scrigni da farcire**, sono arricchiti con un **ripieno morbido e sfizioso**: capperi, uvetta, acciughe e pinoli renderanno ancora più stuzzicante il sapore di questa **ricetta**. La cottura nella [salsa di pomodoro](#), infine, garantirà un **prelibato sughetto** che, oltre a mantenere **morbidi i calamari**, sarà perfetto per fare la **scarpetta con il pane**.

Segui la nostra ricetta con video e passo passo fotografico per cucinare con le tue mani questo buonissimo piatto di calamari ripieni in tegame, **porta in tavola una pietanza dal gusto unico!**

Se cerchi altre **ricette di mare**, prova a guardare le nostre proposte:

[Pasta con calamari e gamberi](#)

[Spigola al cartoccio](#)

[Sugo di pesce](#)

[Trancio di merluzzo con pomodorini e olive](#)

[Pesce spada alla siciliana](#)

INGREDIENTI

CALAMARO 8

CIPOLLE 1

SPICCHIO DI AGLIO 1

PREZZEMOLO 1 mazzetto

MOLLICA DI PANE 200 gr

PECORINO ROMANO facoltativo - 2

cucchiaini da tavola

CAPPERI facoltativo - 1 cucchiaino da tavola

UVETTA 1 cucchiaino da tavola

PINOLI 1 cucchiaino da tavola

PASTA DI ACCIUGHE 1 cucchiaino da tè

SALSA DI POMODORO PRONTA 100 gr

VINO BIANCO ½ bicchieri

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1** Per preparare i calamari ripieni in tegame per prima cosa pulisci i calamari, sciacquali in acqua fredda e asciugali. Monda e trita la cipolla. Taglia finemente i tentacoli.



2 Aggiungi un filo d'olio in padella, fai rosolare la cipolla.





3 Aggiungi i tentacoli e rosolali. Una volta cotti trasferiscili in una terrina.



4 Aggiungi la mollica di pane, il pecorino, il prezzemolo, l'aglio tritato, i capperi, i pinoli, l'uvetta, sale, pepe e pasta d'acciughe con olio e amalgamiamo il tutto. Se la mollica dovesse risultare troppo asciutta, ti consigliamo di inumidirla con un po' di acqua per poter compattare bene gli ingredienti.



5 Farcisci i calamari con il ripieno e chiudili con uno stuzzicadenti.





6 Rosola i calamari ripieni in un tegame con un filo d'olio. Sfuma con il vino bianco, aggiungi la salsa di pomodoro, un mestolo d'acqua calda e il prezzemolo tritato.



7 Copri con il coperchio e cuoci, a fiamma bassa, per mezz'ora. Una volta pronti servi i calamari con la salsa di pomodoro e fette di pane abbrustolito.

