

SECONDI PIATTI

# Grigliata di pesce

di: *Pablo*

---

LUOGO: **Europa / Italia**

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**

NOTE: + 30 MINUTI PER LA MARINATA

---



3 cucchiaini di olio extravergine di oliva  
mezzo spicchio di aglio  
1 rametto di rosmarino.

## PREPARAZIONE

**1** Nel mixer mettete tutti gli ingredienti per la salsa di accompagnamento dei calamari.



**2** E frullare fino ad avere una crema liscia.

Prendete i calamari già puliti e praticate un taglio lungo tutto un lato e apriteli a libro, praticate dei taglietti su tutta la superficie.



**3** In un piatto mettete tutti gli ingredienti della marinata ed aggiungete i gamberi, lasciate marinare per 30 minuti.



**4** Cuocete alla griglia, i gamberi per 6 minuti, i calamari per 8 minuti e le sarde per 10 minuti.



5 Impiattate e, sopra i calamari, mettete la salsa.



NOTE