

ANTIPASTI E SNACK

Polpettine di calamari

di: *Cinzia*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** COSTO: **basso** REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Polpettine di calamari

INGREDIENTI

CALAMARI 300 gr
PREZZEMOLO 1 ciuffo
PARMIGIANO GRATTUGIATO 25 gr
SPICCHIO DI AGLIO 1
UOVO 1
SALE
PANGRATTATO
FARINA
LIME 1
OLIO DI SEMI PER FRITTURA

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare le polpettine di calamaro, per prima cosa pulite i calamari, poi tagliateli ad anelli, lasciate intera la parte dei tentacoli. Portate a bollore in una capace pentola dell'acqua. Una volta che l'acqua ha raggiunto il bollore, salatela e tuffate nella

pentola i calamari, fateli sbollentare per un minuto. Trascorso questo tempo, scolateli e fateli raffreddare.

- 2** Unite nel recipiente del mixer tritatutto: i calamari sbollentati, il ciuffo di prezzemolo, lo spicchio d'aglio e il parmigiano grattugiato. Aggiustate con un pizzico di sale e tritate il tutto.
- 3** Con il composto ottenuto formate delle palline del peso all'incirca di 10-12g ciascuna; quindi preparate la panatura: versate all'interno di una ciotola la farina, in un'altra ciotola il pangrattato e in un'altra ancora, l'uovo sbattuto. Passate una ad una le polette di calamari, prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto ed infine nel pangrattato.
- 4** Versate all'interno di una padella l'olio di semi per frittura, portatelo ad una temperatura di circa 170-180°C e friggete le polpette, lasciate cuocere e dorare bene. Scolatele e lasciate eliminare tutto l'olio in eccesso.
- 5** Prendete il lime e tagliatelo a fettine sottili. Formate degli spiedini alternando le polpettine di calamari alle fatte di lime e servite.