

SECONDI PIATTI

Seppie con sugo di pomodoro - Soupies yianchni

LUOGO: [Europa](#) / [Grecia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [40 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

SEPIE 1 kg

VINO BIANCO SECCO 1 bicchiere

CIPOLLE 1

SALSA DI POMODORO PRONTA 1,5 tazze

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

SALE

PEPE NERO

Se amate i piatti gustosi e ricchi di sapore le seppie con sugo di pomodoro - Soupies yianchni sono la ricetta che fa per voi. Una pietanza decisamente deliziosa che arriva dal Mediterraneo e in sé racchiude un mare di profumo. Provate questa ricetta molto interessante e vedrete che vi conquisterà. Se amate poi i molluschi, provate anche gli spiedini di [calamaretti spillo](#), sono buonissimi!

PREPARAZIONE

1 Pulite le seppie, rimuovete l'osso e le interiora.

Tagliate le seppie a listarelle.

In una casseruola fate rosolare le cipolla con l'olio ben caldo, quindi aggiungete le seppie; regolate di sale e pepe.



2 Quando saranno ben rosolate, irrorate con il vino.



3 Unite la salsa di pomodoro e l'acqua necessaria per portare il tutto a cottura.

