

# *Insalata di calamaretti*

*antipasto o primo piatto*

## *Ingredienti per court - bouillon*

<i>Carota</i>	<i>g</i>	<i>30</i>
<i>Sedano</i>	<i>g</i>	<i>20</i>
<i>Cipolla</i>	<i>g</i>	<i>50</i>
<i>Alloro</i>	<i>n</i>	<i>1</i>
<i>Grani di pepe</i>	<i>n</i>	<i>5/6</i>
<i>Vino bianco secco</i>	<i>g</i>	<i>50</i>
<i>Acqua</i>	<i>g</i>	<i>200</i>

## *Altri ingredienti*

<i>Calamaretti pittosto piccoli</i>	<i>g</i>	<i>400</i>
<i>Patate da lessare a parte</i>	<i>g</i>	<i>250</i>
<i>Prezzemolo tritato</i>		<i>q b</i>
<i>Ajlio tritato – piccoli spicchi</i>	<i>n</i>	<i>1</i>
<i>Sale</i>		<i>q b</i>
<i>Olio d'oliva</i>		<i>q b</i>
<i>Limone</i>		<i>q b</i>

- Fate lessare circa 250 g di patate. Ricordate che non bisogna togliere loro la buccia
- A parte preparate il brodo di cottura del pesce, facendo bollire, in acqua e vino, le verdure e il pepe
- Intanto pulite i calamari eliminando occhi, bocca e parti cartilagineose.
- Dividete i tentacoli dal corpo e tritate prezzemolo e aglio
- Dopo 45' il brodo si sarà insaporito. Aggiungete i ciuffi dei calamaretti e, dopo 3', anche il loro corpo
- Attendete altri 3' e scolate i molluschi provvedendo poi ad affettarli (non i ciuffi)
- Se cotta tagliate la patata, mescolatela con i calamari e conditela con sale, limone, olio, prezzemolo e aglio