



SIMONE RUGIATI E L'ANTIADERENTE EXPERT PRO - SEPPIE E PISELLI

Antipasto o Secondo - 4 persone

Ingredienti:

- 500 gr piselli freschi
- 1 cipollotto fresco
- 400 gr seppie freschissime
- 100 gr pomodorini secchi sott'olio
- 100ml Brodo vegetale
- Basilico
- Sale pepe
- Olio extravergine di oliva

Preparazione:

- Fate un trito di cipollotto e mettetelo in una padella antiaderente. Appena imbiondisce, aggiungete i piselli ed il brodo vegetale. Terminata la cottura, metteteli in un frullatore, lasciadone qualcuno per la decorazione, e con un filo di olio create una crema omogenea da tenere in caldo.
- Pulite le seppie: basta togliere l'occhio centrale della parte della testa. Frullate anche le seppie fino ad ottenere un impasto sodo. Mettetelo in una sacca da pasticcere e tenetela in frigo per almeno 15 minuti.
- Prendete i pomodori secchi e tagliateli grossolanamente, condite il con basilico, spezzato con le mani, olio extravergine, sale e pepe
- Per cuocere le seppie, prendete una padella antiaderente e fatela scaldare senza aggiungere olio. Dalla tasca da pasticcere formete dei piccoli gnocchi che farete rosolare da ambo le parti per 30 secondi circa.
- Per preparare il piatto, mettete la crema di piselli sul fondo, adagiatevi le seppie e per finire qualche cucchiaio di pomodorini secchi, un filo di olio e una grattugiata di pepe nero.