



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

## *Calamari ripieni*



**4** Persone

**secondi** Categoria

**media** Difficoltà

**1 ora e 30 minuti** Tempo

Attrezzatura : **caseruola, terrina**

## **Ingredienti**

- 4 calamari
- 1 cipolla
- 70 g di gherigli di noce
- 4 cucchiaini di pangrattato
- 70 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- 2 tuorli
- 1 spicchio di aglio
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 400 ml di salsa di pomodoro
- 1 ciuffetto di prezzemolo
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

## **Preparazione Calamari ripieni**

### **Passo 1.**

Sbollentate i gherigli di noce e privateli della pellicina.

### **Passo 2.**

Pulite i calamari, privateli del becco, degli occhie e del sacchetto contenente l'inchiostro, tritate i tentacoli e tenete da parte le sacche.

### **Passo 3.**

Mescolate in una terrina 4 cucchiaini di pangrattato, il grana grattugiato, i due tuorli, i tentacoli, i gherigli di noci e il prezzemolo tritati.

### **Passo 4.**

Farcite le sacche dei calamari con il composto preparato e chiudete con degli stecchini.

### **Passo 5.**

Fate rosolare due spicchi d'aglio e la cipolla affettata sottilmente in un paio di cucchiaini di olio extravergine d'oliva, aggiungete la salsa di pomodoro, il vino bianco e i calamari.

### **Passo 6.**

Regolate di sale e pepe e fate cuocere con la casseruola coperta per 40 minuti.

## **Passo 7.**

Servite i calamari caldi decorati con abbondante prezzemolo tritato.

### **Note**

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)