



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

Buridda di seppie



4 Persone

Secondi Categoria

facile Difficoltà

1 ora e 30 minuti Tempo

Attrezzatura : **tegame con coperchio**

La buridda di seppie è uno dei piatti più classici della cucina genovese dove le seppie vengono cotte in umido con pomodoro e piselli. Esiste anche una variante in cui, quando di stagione, i piselli vengono sostituiti con i carciofi.

Ingredienti

- 1 kg di seppie
- 400 gr di piselli
- 6 pomodori pelati
- 1 cipolla
- prezzemolo
- aglio
- capperi
- vino bianco secco
- olio extravergine d'oliva
- brodo
- sale
- pepe

Preparazione Buridda di seppie

Passo 1.

Pulite e lavate le seppie, quindi tagliatele a listarelle.

Passo 2.

Tritate l'aglio e la cipolla e fateli soffriggere in un tegame.

Passo 3.

Aggiungete le seppie e fatele clorare

Passo 4.

Unite i pomodori pelati ed un bicchiere di vino bianco secco che farete sfumare.

Passo 5.

Aggiustate di sale e pepate, quindi fate cuocere per mezz'ora a tegame coperto. Se necessario aggiungete del brodo di tanto in tanto.

Passo 6.

Aggiungete i piselli e proseguite la cottura per un'altra mezz'ora.

Passo 7.

A cottura ultimata aggiungete del prezzemolo tritato e servite.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 02/01/2020
- ✓ **Calorie:** 80 a porzione
- ✓ **Rating:** 4,9 (7 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)