

[RЯ]

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

Totani ripieni



4 Persone

Secondi Categoria

media Difficoltà

2 ore e 30 minuti Tempo

Attrezzatura : **casseruola da forno, ciotola**

I totani ripieni sono un piatto tipico della cucina regionale ligure. Il ripieno può essere preparato a base di uova e verdure, aggiungendo degli aromi per dare profumo. La preparazione è un po' lunga e laboriosa, ma il risultato è un piatto veramente gustoso ed invitante.

Ingredienti

- 4 totani
- 2 cipolle
- 2 carote
- 1 mazzo di bietole
- 4 pomodori
- 2 gambi di sedano
- 2 spicchi di aglio
- 100 gr di prosciutto crudo a dadini
- 2 uova
- 2 fette di pancarrè
- 100 gr di parmigiano
- cognac
- vino bianco
- latte
- olio extravergine d'oliva
- burro
- prezzemolo

basilico

sale

pepe

Preparazione Totani ripieni

Passo 1.

Pulite i totani togliendo le parti interne ed i tentacoli.

Passo 2.

Tritate i tentacoli con una cipolla, una carota, un gambo di sedano e l'aglio.

Passo 3.

Soffriggete il tutto in olio e burro.

Passo 4.

Aggiungete il prosciutto e qualche foglia di basilico, quindi sfumate con poco vino bianco e cognac.

Passo 5.

Frullate il soffritto e mettetelo da parte.

Passo 6.

Sbattete le due uova, quindi aggiungetevi il parmigiano, prezzemolo, le fette di pancarrè precedentemente ammollate ne latte, sale e pepe.

Passo 7.

Mescolate il composto insieme a quello precedentemente realizzato e farcitevi i totani.

Passo 8.

Sbollentate i pomodori, sbucciateli e tagliateli in pezzetti.

Passo 9.

Soffriggete in burro ed olio con una cipolla, una carota, un gambo di sedano.

Passo 10.

Aggiungetevi i totani ripieni e fateli rosolare.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 10/01/2020
- ✓ **Calorie:** 400 a porzione
- ✓ **Rating:** 4,9 (11 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)