

Calamaretti al cartoccio



Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di calamari di piccola taglia o calamaretti
80 g di cime di broccolo
un cucchiaio di uvetta sultanina
un cucchiaio di pinoli
vino bianco secco q.b.
1/4 di cipolla rossa
olio extra vergine di oliva
pepe
sale

Procedimento

1. Ammollo l'uvetta per almeno 15 minuti in acqua tiepida.
2. Lavo i calamaretti e li privo delle interiora e della pinna, levo i ciuffi e li privo del becco. Taglio i calamaretti ad anelli larghi circa un centimetro, lascio interi i ciuffi.
3. Rosolo rapidamente (per un paio di minuti) i calamari in padella con un filo d'olio con la cipolla tagliata a rondelle aggiustando di sale e pepe e sfumando con il vino.
4. Una volta scottati i calamaretti, li levo dal fuoco e ci aggiungo l'uvetta ammollata, i pinoli e le cime di broccolo. Mescolo bene e divido il composto in due parti all'interno di due fogli di carta da forno. Richiudo a mo' di cartoccio e inforno a 200° C per 15 minuti. Servo il cartoccio caldo.