

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Insalata di mare

....e l'antipasto che tutti mangiano più volentieri !!! ...se poi gli ingredienti sono freschi.....ecco il mare!!!!



Difficoltà
facile



Quantità
4 persone



Tempo
60 minuti

Ingredienti

- Polpo - 1 di media grandezza
- seppia - 1
- calamaro - 1
- cozze - 500 g
- vongole 500 g
- gamberi - 300 g
- qualche scampo o canocchie
- aglio - 1 spicchio
- prezzemolo - un mazzetto
- olio extraverg. - un bicchiere
- limone - 2
- aceto - mezzo bicchiere
- sale e pepe - q.b.

Preparazione

Lavare accuratamente le cozze e le arselle. Mettere un filo d'olio in un tegame e aggiungere del prezzemolo e aglio tritati. Versare le cozze e le arselle e farle aprire velocemente a fuoco alto. Eliminare le valve ma lasciandone qualcuna per guarnizione. Mettere in una capace terrina. Far bollire il polpo, poi il calamaro e la seppia. Farli raffreddare e tagliarli a piccoli pezzi. Aggiungerli nella terrina. Far saltare nella padella i gamberi e sgusciarli. Tagliarli a pezzi e aggiungere anche essi nella terrina. Cuocere anche gli scampi o le canocchie, velocemente, in acqua bollente per qualche minuto. Preparare un'emulsione con l'olio, il succo del limone, l'aceto, il sale e il pepe. Mischiare per bene gli ingredienti in modo da avere un sughetto chiaro. Aggiungere il prezzemolo e l'aglio tritati. Versare questo sughetto così preparato nella terrina dell'insalata di mare e amalgamare il tutto. Assaggiare e aggiustare di sale e pepe. Mettere in frigo per qualche ora, avendo l'accortezza di rigirare di tanto in tanto gli ingredienti. Servire il tutto, fresco, guarnendo con qualche fettina di limone!!!

