

Rotolini di calamari



Rotolini di calamari con agretti e rosti di patate.. un'idea originale, colorata per un secondo sano e gustoso. Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

300 g di calamari medio-piccoli

una manciata di pinoli

olio evo

limone

300 g di agretti

2 patate

1 rametto di rosmarino

sale

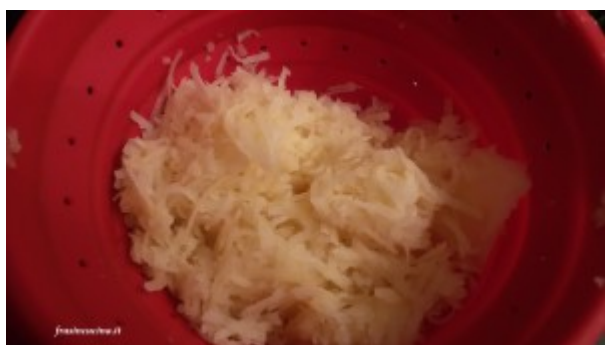
pepe

Questa ricetta prevede tre step di preparazione: agretti, calamari e patate, in realtà sono tre ricette combinate insieme, ma potete benissimo fare soltanto i calamari e accompagnarli con un altro contorno o seguire la ricetta per le verdure e utilizzarle in un'altra occasione

Per prima cosa prepariamo il rosti di patate.

Pulire le due patate, lavarle sotto l'acqua corrente, asciugarle per bene e grattugiarle. Lasciare qualche

minuto in uno scolapasta in modo che eliminino il liquido.



Scaldare in una padella un filo di olio, non troppo perché non devono friggere, aggiungere le patate ben strizzate, sale, pepe e un rametto di rosmarino.

Far cuocere a fuoco lento per circa 20/25 minuti, girandole di tanto in tanto.



A cottura ultimata devono risultare morbide all'interno e leggermente croccanti in superficie.

Mentre le patate sono sul fuoco pulire i calamari, staccare la testa ed eliminare il contenuto della sacca, facendo attenzione a togliere anche la cartilagine trasparente.

Staccare la pelle esterna tirandola via con le mani e, con l'aiuto delle forbici, separare i tentacoli dalla testa e tenerli da parte.

Lavare i calamari e i tentacoli sotto l'acqua corrente. Tagliare i calamari a metà ed aprirli a libro. Lasciar sgocciolare qualche minuto.

Nel frattempo pulire gli agretti eliminando le radici e lavarli sotto l'acqua corrente. Portare ad ebollizione una pentola di acqua e non appena arriva ad ebollizione, cuocere la verdura per circa 10 minuti. Scolare gli agretti e tuffarli in una ciotola di acqua fredda e ghiaccio. In questo modo rimarranno croccanti e di un colore verde brillante. Non appena raffreddati trasferire in un piatto e condire con un filo di olio.



Passiamo ora alla cottura dei calamari. Scaldare una padella antiaderente, tostare per qualche minuto una manciata di pinoli e aggiungere i calamari, adagiandoli bene a contatto con la superficie della padella.



Dopo qualche minuto girarli dall'altro lato, aggiungere un filo di olio e una spruzzata di limone. Piano piano, con il calore, i calamari tenderanno ad arrotolarsi.



Il tempo di cottura dipende dalla grandezza del calamaro, in questo caso sono bastati circa 10 minuti. A cottura ultimata, impiattare i calamari con gli agretti e le patate e aggiungere un filo di olio a crudo.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)