



ilricettariodibianca.com

Anelli di calamari in insalata

Ingredienti

1/2 kg di anelli di calamari

insalata q.b

1 gambo di sedano

1 manciata di rucola

1 limone

olio

sale

pepe

prezzemolo

1 spicchio d'aglio

Oggi ho provato questa ricetta prendendo spunto da una che ho trovato sul web, ma poi cambiando gli alimenti. Ho scottato gli anelli in acqua leggermente salata. Una volta cotti li ho fatti raffreddare e tagliati a pezzetti. Poi li ho messi in una ciotola, ho lavato un po' di insalata, tagliato un gambo di sedano con la mandolina e spezzettato una manciata di rucola. Alla fine ho aggiunto il tutto ai calamari e li ho conditi con aglio e prezzemolo tritati, olio e succo di un limone, sale e pepe. Si preparano in anticipo e si mettono in frigo. E' un piatto dal sapore molto fresco! Io li ho accompagnati con zucchine grigliate.

