



Zuppa di Mare - [Visualizza sul sito](#)
di cockerina

secondi - Puglia - calamari - gamberetti - cozze

per 4 persone:

300 gr di calamari
200 gr di gamberetti
250 gr di cozze nere
500 ml di passata di pomodoro
1/2 cipolla
2 spicchi di aglio
3 foglie di alloro
un ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
peperoncino
pane abbrustolito per accompagnare

Lavare i calamari, eliminare occhi, bocca, pelle ed interiora... meglio sarebbe farseli dare già belli e puliti dal pescivendolo!!

Tagliarli a listarelle e tenerli in una coppa con acqua fredda e sale.

Sciacquare i gamberetti e bollirli in acqua leggermente salata per una decina di minuti.

Strofinare il guscio delle cozze con una paglietta di acciaio per eliminare tutte le incrostazioni.

Aprire a mano la metà delle cozze (prima o poi apro un post e vi faccio vedere come si fa, per chi ancora non lo sa fare e apre le cozze in tegame, con conseguente perdita di sapore dei mitili...) e conservarle con la loro acqua in una ciotolina. L'altra metà lasciarle intiere in guscio, l'importante è che sia ben pulito!!

In una capiente pentola, rosolare la cipolla e il prezzemolo tritati finemente e gli spicchi di aglio interi con 5 - 6 cucchiaini di olio extravergine.

Aggiungere la passata di pomodoro e le foglie di alloro, mescolare e cuocere a fuoco lento col coperchio per 10 minuti.

Intanto sgusciare i gamberetti e tenerli da parte.

Eliminare gli spicchi di aglio dal sugo ed aggiungervi i calamari. Continuare la cottura per altri 10 minuti.

Aggiungere quindi i gamberetti sgusciati, le cozze aperte con la loro acqua, e quelle ancora chiuse con il guscio, e un pezzetto piccolo di peperoncino.

Continuare a cuocere a fuoco lento, ma senza coperchio per far restringere un pochino il sugo.

Servire la zuppa di mare calda, accompagnando con crostoni di pane abbrustolito.



[Vai alla discussione sul forum](#)