

Brunch

Sufisticata e insalata di mare

Ricetta a cura di: [Fornelli Creativi](#)



Pronti per questa nuova ricetta?

Preparazione	Persone	Difficoltà
20 min.	2	Bassa



Ingredienti

- 1 Insalata Sufisticata
- 250 g di gamberi (da sgusciare)
- 500 g di cozze (da sgusciare)
- 500 g di vongole (da sgusciare)
- 400 g di calamari
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Succo di limone q.b.
- Sale e pepe q.b.



Preparazione

Mettete le cozze in una ciotola, sciacquate sotto acqua corrente, tirate il bisso e con un coltello sfregate il guscio per togliere le incrostazioni. Quindi lavate le cozze in una ciotola con acqua salata, lasciate in ammollo per eliminare eventuali residui. Successivamente versate le cozze scolate in una pentola e portate a cottura per 5 minuti, mescolando di tanto in tanto. Infine, sgusciate le cozze.

Pulite le vongole e poi cucinatele seguendo lo stesso procedimento delle cozze.

Sgusciate i gamberi, togliete il filo intestinale. In un pentolino portate ad ebollizione l'acqua, aggiungete il sale ed unite i gamberi interi, fate bollire per 1 minuto e scolate.

Pulite e lavate i calamari. Non appena l'acqua bolle aggiungete i calamari ed il sale, cuocete per circa 10 minuti, verificate la cottura con prova assaggio.

Quindi tagliate i calamari ad anelli.

In un piatto capiente versate l'insalata Sufisticata, adagiate le cozze, le vongole, i gamberi ed i calamari condite con olio extra vergine, succo di limone, sale e pepe.
