# Calamari ripieni alla napoletana

**Autore :** Carolina Barra

**Data :** 15 Settembre 2020



*Ingredienti per 4 persone*:

4 calamari grandi
olio EVO q.b.
4 cucchiai di mollica tostata in padella
2 spicchi di aglio
prezzemolo
origano q.b.
60 g di olive nere di Gaeta
20 g di capperi sotto sale
200 g di pomodori pelati
sale q.b.
pepe q.b.

*Preparazione*

Oggi vi propongo una delle ricette che amo di più, perfetta per ogni stagione, sia come ricco antipasto che come succulento secondo.

Essenziale è la pulizia dei calamari, che, inutile dire, come ogni tipo di pesce devono essere freschissimi. Eliminate le sacche degli occhi, il dente e le viscere. Privateli dei tentacoli, che, una volta mondati, taglierete a pezzetti e metterete da parte. Lavateli accuratamente sotto l'acqua corrente e lasciateli sgocciolare in un scolapasta.

Nel frattempo, sciacquate e tritate prezzemolo, olive e capperi e adagiateli in una ciotola.

Pulite uno spicchio d'aglio e fatelo rosolare intero in una pentola con l'olio e, una volta dorato, toglietelo. Aggiungete i tentacoli e fate cuocere a fuoco basso per 5 minuti, quindi unite il pangrattato precedentemente rosolato, l'origano, un po' di prezzemolo, le olive, i capperi e il pepe mescolando per bene.

Inserite il composto ben amalgamato nelle sacche dei calamari che andrete a chiudere con degli

stuzzicadenti, avendo cura di lasciare un buon centimetro per evitare che, prendendo volume durante la cottura fuoriesca rompendo il mollusco.

Ma come condirli? Come sempre seguite i vostri gusti.

Se li preferite in bianco, allora le dosi di olive, capperi, prezzemolo e pane devono essere raddoppiate e la metà deve essere utilizzata come sughetto.

La tradizione napoletana li vuole, invece, al sugo di pomodoro.
In questo caso, fate soffriggere in una padella l'aglio, con olio EVO e con l'aggiunta di pelati setacciati, aggiustando con sale e pepe.

Il tutto va fatto cuocere per una decina di minuti. Togliete l'aglio solo prima di incorporare i calamari ripieni che dovranno rimanere ad insaporirsi a fiamma lenta per una mezzoretta.

Il calamaro va servito intero e tiepido, se usato come secondo piatto, tagliato a fette solo una volta raffreddato, altrimenti si sfalda, se come antipasto.

Guarnite con ulteriore prezzemolo, che ci sta sempre bene e dà colore.

Annaffiate con un bel Greco di tufo.

Buon appetito!