
RISO CON LE SEPIE SENZA NERO

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di riso,
- 350 g di seppie,
- sale,
- 1 mazzetto di prezzemolo,
- 1/2 bicchiere di olio d'oliva,
- 2 spicchi di aglio,
- 100 cl di brodo di pesce,
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco.

Pulite le seppie, lavatele sotto l'acqua corrente, fatele sgocciolare poi tagliatele a strisciole.

Tritate finemente l'aglio e il prezzemolo servendovi della mezzaluna.

Fate scaldare l'olio d'oliva in una casseruola, rosolatevi brevemente il trito di prezzemolo e aglio, poi unite le seppie e fate rosolare anch'esse, a calore moderato, bagnandole ogni tanto con il vino bianco.

Quando questo si sarà completamente consumato, cospargete la preparazione con il sale necessario e fate cuocere a recipiente coperto e a calore moderato per 10 minuti.

Quando le seppie saranno tenere, mettete nella casseruola il riso, rimestate bene, versate un mestolo di brodo caldo e fate cuocere per 15-16 minuti.

Man mano che il riso assorbe il brodo, versatene dell'altro: a fine cottura il riso dovrà risultare molto morbido.