

CALAMARI ALLA RUCOLA

Ingredienti per 4 persone:

- 2 confezione di anelli e ciuffi di calamari surgelati di 300g. l'una,
- un mazzetto di rucola,
- un grosso ciuffo di prezzemolo,
- uno spicchio d'aglio,
- una foglia d'alloro,
- un limone,
- un cucchiaio di pasta di acciuga,
- un bicchiere di vino bianco,
- 4 cucchiari di olio,
- sale,
- pepe in grani.

Portate a ebollizione abbondante acqua salata con qualche granello di pepe, metà del prezzemolo, l'alloro e il vino; immergetevi i calamari surgelati e cuoceteli per 35 minuti.

Quindi scolateli e tagliateli a pezzetti.

Tritate il prezzemolo con l'aglio; unitevi la pasta d'acciughe e diluite con l'olio e il succo di limone; salate, pepate e versate la salsa sul pesce.

Cospargete con la rucola.