

CANOCE AL VAPORE

Ingredienti:

- un chilo di canoce (cicale di mare),
- olio d'oliva.

Acquistare un chilo di canoce (cicale di mare), privarle della parte anteriore della testa, rificare la pinne ventrali e gli orli seghettati del carapace, poi tagliare il telson (il segmento caudale piatto con le due macchie scure) solo sugli orli, eliminando le spine.

Bagnare un canovaccio e metterlo in una pescera che verrà passata subito sul fuoco.

Non appena dal canovaccio si sprigiona il vapore mettere le canoce in bell'ordine, incoperchiare e lasciare stare per soli cinque minuti.

Spegnere il fuoco e allontanare la pescera dal fuoco per evitare incendi.

Quando i crostacei saranno freddi, sgusciarli e allineare le polpe in un piatto.

Condirle soltanto con un filo di olio d'oliva di varietà delicata.