

---

## 102. SPAGHETTI COL SUGO DI SEPPIE

Eccovi le norme approssimative per fare questa minestra che basterà per cinque persone.

Prendete tre seppie di media grandezza, che potranno pesare, in complesso, dai 650 ai 700 grammi. Spellatele e nettatele dall'osso, dall'apparato della bocca, dagli occhi, dal tubo digerente e dall'inchiostro, che alcuni lasciano, ma che io escludo perché mi sembra faccia bruttura. Fate un battuto con grammi 100 di midolla di pane, un buon pizzico di prezzemolo e uno spicchio d'aglio, unitevi i tentacoli, che sono due per ogni seppia, tritati ben fini, conditelo con olio, sale e pepe a buona misura e con questo riempite il sacco delle seppie cucendone la bocca. Tritate una cipolla di mediocre grandezza, strizzatela per toglierne l'acredine e mettetela al fuoco con olio, non molto però, e quando avrà preso colore gettateci le seppie e conditele con sale e pepe. Aspettate che coloriscano per tirarle a cottura a fuoco lento con molto sugo di pomodoro o conserva, aggiungendo acqua a poco per volta. Fatele bollir tre ore, ma procurate che vi resti il sugo necessario per condire con esso e con parmigiano grammi 500 di spaghetti i quali sentirete che riescono piacevoli al gusto.

Le seppie, che in questo modo rimangono tenere e perciò di non difficile digestione, servitele dopo come piatto di pesce in umido.