

# SEPPIOLINE GHIOTTE

Ingredienti per 4 persone:

- 8 sepioline,
- 2 spicchi di aglio,
- prezzemolo tritato,
- pangrattato,
- 1 bicchiere di vino bianco secco,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Pulite bene le sepioline, lavatele con cura e asciugatele su fogli di carta assorbente.

Preparate un composto con ritagli di seppie, aglio tritato, prezzemolo tritato, pangrattato, sale, pepe e olio d'oliva.

Mescolate bene il tutto e servendovi di un cucchiaio riempitele con il composto ottenuto.

Nel frattempo, ungete una pirofila d'olio e lasciatela riscaldare leggermente a fiamma bassa, dopodich , disponete le sepioline ripiene ed irroratele con olio d'oliva e vino bianco secco.

Copritele con carta alluminio e lasciatele cuocere a fuoco dolce fino a quando, punzecchiandole con uno stuzzicadenti, la polpa non risulter  tenerissima.

Infine, lasciatele intiepidire e servitele.