

SPIEDINI DEL PESCATORE

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di totani e calamari piccoli,
- 100 g di pancetta (fette da 100 g),
- 1 spicchio di aglio,
- 1 rametto di prezzemolo,
- 1 cipolla piccola,
- alcune foglie di basilico,
- alcune foglie di salvia,
- 1/2 limone (succo),
- 1/2 bicchiere di olio d'oliva,
- pangrattato,
- sale,
- pepe.

Anche al forno questi spiedini sono ottimi e diventano più digeribili perché cotti a una temperatura più bassa e uniforme.

Pulite perfettamente calamari e totani, eliminando gli occhi e la penna, lavateli, asciugateli e radunateli in una terrina.

A parte tritate l'aglio, il prezzemolo, il basilico e la cipolla e distribuiteli sui pesci.

Spruzzate con il succo di limone, irrorate con l'olio e fate marinare per 1 ora circa, coperto con un foglio di pellicola, mescolando di tanto in tanto.

Tagliate la pancetta a dadini.

Trascorso il tempo indicato sgocciolate il pesce e infilatelo su spiedini di legno o metallo, alternando con i dadini di pancetta e le foglie di salvia.

Passateli nel pangrattato.

Fate scaldare una piastra e grigliatevi gli spiedini, rigirandoli spesso perché possano cuocere anche internamente.