

Ricette

PRIMI



CREMA DI AGRETTI AL LIMONE CON CALAMARI, SCAMPI E BOTTARGA

Preparazione: 10 min

Cottura: 10 min

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 calamaro, già pulito
8 code di scampi, già pulite
2 mazzetti di agretti (barba di frate)
2 limoni
1 cipolla bianca
1 lt di brodo vegetale pronto, oppure vedi
la ricetta a pagina 84
50 ml di olio extravergine di oliva
40 g di bottarga di muggine
sale, pepe nero di mulinello



PREPARAZIONE

Pulite e lavate gli agretti. Spellate la cipolla, tagliatela a julienne e fatela rosolare in una casseruola con poco olio; aggiungete gli agretti, il brodo caldo e cuocete per 5 min. Togliete dal fuoco e frullate il tutto con il mixer a immersione, unite il succo filtrato dei limoni e tenete la crema ottenuta in caldo.

Rosolate brevemente il calamaro e gli scampi in una padella antiaderente con poco olio e manteneteli quasi crudi. Affettate il calamaro. Distribuite la crema calda nelle fondine individuali, aggiungete al centro il calamaro e gli scampi, qualche lamella di bottarga e condite con un filo d'olio a crudo. Servite subito.

GLI AGRETTI

Chiamati anche Barba di frate o Liscari (In Romagna) sono le giovani foglie filiformi, carnose e tenere della Salsola soda, pianta annuale originaria del Mediterraneo. Sono disponibili sul mercato soltanto nei mesi primaverili e sono venduti in mazzetti. Hanno sapore leggermente acidulo e caratteristico. Prima di utilizzarli, occorre eliminare la parte vicina alle radici e lavarli con cura in modo da eliminare ogni residuo di terra. Il modo migliore di gustare questa salutare verdura stagionale è di lessarli brevemente e condirli semplicemente con un filo d'olio e sale, oppure con un pesto di acciughe e capperi, se gradite un sapore più intenso.

VALORI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

Energia	750 Kcal
Proteine	54 g
Carboidrati	70 g
Grassi	30 g

L'ABBINAMENTO

Una portata ricca di sapori e contrasti e con un piacevole "gioco" tra la tendenza dolce dello scampo e la nota sapido-aromatica della bottarga. Ben si sposa con un vino bianco complesso e persistente, dal gusto avvolgente e cremoso, con profumi di frutta esotica, noccioline e note di margarina. Da uve Chardonnay (80%) e Pinot Bianco.

Terre di Franciacorta Doc - Curtefranca
Bianco 2007 - Ca' del Bosco (BS)

