

Seppie in tegame ripiene

Ingredienti:

500 g. seppie medie.
1 cipolla.
1 costa di sedano.
1 carota.
1 limone non trattato.
1 spicchio d'aglio.
1 ciuffo di prezzemolo.
2 uova.
100 g. pangrattato.
50 g. parmigiano o grana grattato.
Un pizzico noce moscata grattugiata.
Un pizzico cannella grattugiata.
Un pizzico pepe.
1 bicchiere vino bianco secco.
6 cucchiaini d'olio.
Sale q.b.

Ricetta:

Pulite le seppie cercando di tenerle il più intere possibile, eliminando le interiora, l'osso, gli occhi, il becco e la pelle. Lavatele bene togliendo tutte le tracce d'inchiostro.

Tritate finemente prezzemolo e aglio insieme.

Impastate il pane grattugiato con formaggio, le uova, un pizzico di sale e pepe, la noce moscata, il trito di prezzemolo e aglio, due cucchiaini d'olio e un cucchiaio di buccia di limone grattugiata.

Riempite per metà il ventre delle seppie con l'impasto e con del filo da cucina cucite o legatele molto saldamente in modo che il ripieno non fuoriesca durante la cottura.

Spelate la carota e la cipolla e tagliatele a grossi tocchi con il sedano.

Disponete le seppie in un tegame ben distese con l'olio rimasto e le verdure, salate, pepate e ricoprite con il vino bianco e il succo del limone.

Cuocete a fuoco lento per quaranta minuti, aggiungendo acqua calda qualora ve ne fosse necessità.

Servite le seppie calde dopo averle liberate dal filo di cucitura.