

CANNAMELA

Zuppa di pesce al dragoncello



Ingredienti

- 500g gallinella
- 350g polpo pulito
- 200g totani puliti
- 200g vongole già spurgate
- 100g vino bianco
- 2 spicchi d'aglio
- 500g acqua
- 150g pomodori
- 2 cucchiaini Dragoncello in foglie Serie Oro CANNAMELA
- 1 pizzico pepe bianco macinato CANNAMELA
- 30g olio extravergine di oliva
- qb sale



Porzioni
4 persone



Portata
Piatto
unico



Tempo
20 minuti



Difficoltà
Media



Cottura
In
casseruola



Kcal per
persona
313*

I nostri partner



Preparazione

- 1** Versare le vongole in un tegame col coperchio con 1 cucchiaino raso di dragoncello in foglie CANNAMELA, un pizzico di pepe bianco macinato CANNAMELA e 1 cucchiaio d'olio.
- 2** Porre il tegame col coperchio su fiamma alta e fare aprire i molluschi.
- 3** Sgusciare le vongole e filtrare il fondo di cottura. Conservare tutto a parte.
- 4** In una casseruola rosolare gli spicchi d'aglio schiacciati in 2 cucchiai d'olio e 1 cucchiaino di dragoncello in foglie CANNAMELA.
- 5** Aggiungere il polpo e i totani a pezzi.
- 6** Quando saranno rosolati, sfumare con il vino.
- 7** Irrorare con il fondo di cottura delle vongole, 500 g di acqua e portare avanti la cottura per 20 min.
- 8** Unire la gallinella a tranci e i pomodorini, poi regolare il sale.
- 9** Cuocere ancora per 10 min, poi aggiungere le vongole e servire dopo poco la zuppa in tavola.