



SEPPIETTA ARROSTO, PANZANELLA E BISQUE DI CROSTACEI



Ingredienti

Seppie medie 4 pz

Buccia di limone, pepe, erbe aromatiche

Per la panzanella:

Pomodori verdi 200g

Cetrioli 2 pz

Cipolla rossa

Pane raffermo 200g

Olio, sale, pepe q.b.

Per la bisque di scampi:

Teste di scampi 500g

Sedano, carota, cipolla q.b.

Concentrato di pomodoro 1 cucchiaino

Ghiaccio q.b.

Erbe aromatiche

Procedimento

Procedimento per la panzanella:

Tagliare a cubetti pomodori, cetrioli e pane. Fare a petali la cipolla e sbollentarla in acqua e aceto per due volte, infine raffreddarla. Unire tutti gli ingredienti e condire con olio, sale e pepe.

Procedimento per la bisque di scampi:

Tostare in padella con olio il sedano, la carota e la cipolla precedentemente tagliati a cubetti. Aggiungere le teste degli scampi e tostare anch'esse. Aggiungere il concentrato di pomodoro, continuare a tostare e infine coprire con ghiaccio. Cuocere per circa 1 ora e poi filtrare.

Grigliare le seppie precedentemente pulite.

Assemblare il piatto disponendo alla base la panzanella, la seppia grigliata e infine aggiungere la bisque di scampi.