
Zuppa di mare allo scoglio

Autore: Massimiliano Fattorini

Fonte: Città Nuova

Un piatto gustoso adatto a questa fredda primavera con muscoli (le cozze), vongole, triglie, moscardini e gamberetti. Una ricetta semplicissima da preparare, gustosa e profumata. Dal blog "La piccola casa"

Visto che la primavera sembra essere svanita e l'estate pare ancora lontana, ho pensato ad una gustosa zuppetta "allo scoglio", con muscoli (le cozze), vongole, triglie, moscardini, gamberetti. Una ricetta semplicissima, facile da preparare, gustosa e saporita che ho ulteriormente profumato con delle foglie di dragoncello che cresce rigoglioso e alla ricerca del sole sul mio orterazzo.

Ingredienti per due persone:

sei triglie di scoglio
500 grammi di muscoli (mitili, cozze)
400 grammi di vongole
sei moscardini piccoli
300 grammi di gamberetti
una cipolla rossa
200 grammi di polpa di pomodoro
dragoncello fresco
brodo di verdure quanto basta
uno spicchio d'aglio in camicia
un pomodoro ramato
Olio extra vergine di oliva
vino bianco secco
sale e pepe

Innanzitutto mettere a bagno le vongole coprendole d'acqua salata per alcune ore e cambiando l'acqua di tanto in tanto in modo che diano via più sabbia possibile. Pulire le cozze (anche se il nome muscoli è più bello) e farle aprire in padella, filtrare il liquido e metterlo da parte, levare quindi i mitili dalle valve e metterli da parte. Eviscerare le seppie, squamarle e sfilettarle in due. Pulire i moscardini eliminando il becco, gli occhi e l'interno della testa. Tritare finemente la cipolla, in una padella versare alcuni cucchiaini di olio extra vergine di oliva quindi farci appassire lo spicchio d'aglio in camicia. Quando prende colore eliminare lo spicchio d'aglio e aggiungere la cipolla, far appassire leggermente quindi aggiungere i moscardini tagliati in due o tre parti, bagnare con vino bianco secco e far svaporare. Aggiungere quindi la polpa di pomodoro e far cuocere a fuoco lento per una decina di minuti quindi aggiungere un po' di brodo, i filetti di triglia, le code di gambero precedentemente sgusciate, una manciata piccola di foglie di dragoncello (estragon) e portare avanti la cottura per alcuni minuti, aggiungere quindi le vongole, le cozze e il pomodoro ramato tagliato a cubetti, bagnare con l'acqua delle cozze, aggiustare di sale e pepe, far quindi cuocere a fuoco lento sino a quando le vongole si apriranno.

Servire quindi al centro dei piatti ed accompagnare con dei crostini di pane tostato.

Buon appetito e buon week end a tutte e tutti!