Alessandro Borghese Kitchen Sound, la polenta con il nero di seppia

borghese-23-f967b084

POLENTA CON IL NERO DI SEPPIA
(Costo €€ - Tempo 25 min - Difficoltà ##)

Ingredienti:
1 cipolla rossa grande
500g di seppie
2 sacche di nero di seppia
400g di passata di pomodoro
2 cucchiai di doppio concentrato di pomodoro
6 cucchiai di olio EVO
4 gamberi rossi
250g farina di mais
Sale e pepe q.b.
Basilico q.b.
Erba cipollina q.b.

Preparazione:
Per la polenta, porta a bollore un pentolone d'acqua. Aggiusta di sale e quando raggiungeil bollore, versa a filo la farina di mais. Mescola continuamente ed energicamente fino al termine della cottura.
Per il sugo, trita a coltello la cipolla e una seppia. Scalda una padella con un filo di olio extravergine e soffriggi la cipolla con il trito di calamari. Aggiungi il doppio concentrato di pomodoro, un bicchiere d'acqua e la passata di pomodoro. Quando inizia a sobbollire incorpora il nero di seppia.
Mentre il sugo cuoce a fuoco lento, incidi la seppia rimasta e scottala in padella con un filo di olio extravergine, così che si arricci.

Pulisci il gambero, privandolo della testa, del carapace e dell'intestino. Condiscilo in una ciotolina con sale, pepe, olio e foglioline di basilico fresco.
Crea una quenelle di polenta e adagiala sul piatto. Aggiungi un cucchiaio di sugo al nero di seppia, il gambero fresco e saporito, la seppia scottata, erba cipollina e una grattata di pepe.

La nuova stagione di Alessandro Borghese Kitchen Sound è in onda tutti i giorni su Sky Uno