Alessandro Borghese Kitchen Sound, fritto di calamaretti e zucchine

borghese-4-aca2d1c3

FRITTO DI CALAMARETTI SPILLO E ZUCCHINE ALLA SCAPECE

TEMPO: 40 min
COSTO: alto
DIFFICOLTA': media

Ingredienti:
300g calamaretti spillo
2 zucchine
Semola q.b.
Foglioline di menta fresca q.b.
Olio evo q.b.
Aceto di vino bianco q.b.
Sale e pepe q.b.

Preparazione:
Taglia a rondelle le zucchine e metà impanale,nella semola per renderle croccanti.
In un pentolino,porta alla temperatura di 180 gradi l'olio extravergine di oliva e friggi le zucchine a ronderle fino a raggiungere la doratura.
Con l'aiuto di una schiumarola, scola le zucchine dall'olio in eccesso e disponile su carta assorbente distanziate l'una dall'altra.
Una volta raffreddate, condiscile all'interno di una ciotola con: sale, aceto di vino bianco e foglioline di menta fresca.
Pulisci i calamaretti, privandoli della lisca, degli occhi, dell'inchiostro e della loro pellicina esterna.
Sciacquali bene sotto l'acqua.

Impana delicatamente i calamaretti nella semola e friggili in olio extravergine di oliva (180 gradi). Raggiunta la croccantezza e la doratura, scola i calamareti su della carta assorbente e salali. Preparati ad impiattare!
Posiziona le zucchine alla scapece, a mezzaluna 'caprese' sul piatto e adagia sopra anche i calamaretti ancora caldi. Concludi confoglioline di menta fresca e pepe pestato a mortaio.

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