



BROCCOLETTI CON CALAMARI

Categoria: Contorni **Tempo di preparazione:** 20 minuti **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 500 g di broccoletti puliti
- 2 spicchi d'aglio
- 2 peperoncini rossi
- 600 g di calamari puliti
- ½ bicchiere di vino bianco
- Sale q.b.
- Olio extra vergine di oliva q.b.

Un piatto sfizioso che può essere servito sia come contorno che come piatto unico se accompagnato con crostoni di pane tostato.

Difficoltà: **bassa**

Costo: **medio**

Tempo di preparazione: **20 minuti**

Porzioni: **4**

Preparazione

Lavate i broccoletti, lessateli e scolateli. Tritate 1 peperoncino conservandone l'estremità con il gambo.

In una padella fate rosolare in olio evo 1 spicchio d'aglio e il peperoncino. Aggiungete i broccoletti e cuocete a fuoco vivo per qualche minuto.

Nel frattempo, tagliate i calamari a listarelle lunghe 5 cm. Metteteli anche essi a rosolare in olio evo con l'altro spicchio d'aglio e cuocete a fuoco medio per 5 minuti. Tagliate l'estremità con il gambo del secondo peperoncino. Componete il piatto e decorate con le estremità dei due peperoncini. Enjoy!

