

Sepe in tecia col nero (seppie con il nero)

Scritto da Cristina Bruno

Lunedì 07 Novembre 2011 10:14 - Ultimo aggiornamento Lunedì 07 Novembre 2011 10:26

Sepe in tecia col nero

Una delle ricette tipiche veneziane è quella delle **sepe col nero**, ovvero le seppie cucinate assieme al nero del loro sacchetto. Una volta cotte possono essere consumate assieme ad una fetta di polenta oppure diventare un ottimo condimento per un riso od una pasta.



Dosi per 4 persone: 1 kg di seppie, 1 cipolla, 1 spicchio d'aglio, 2 dl di passata di pomodoro, olio extravergine di oliva, sale, pepe, prezzemolo, 1/2 bicchiere d'acqua, 1/2 bicchiere di vino bianco.

Pulire le seppie togliendo osso, interiora, rostro, occhi, pelle e mettere da parte alcuni sacchettini di nero. Tagliarle poi a strisce sottili e aggiungerle, salate e pepate, ad un soffritto d'aglio e cipolla. Cuocere per circa un'ora e poi aggiungere il pomodoro con il liquido nero allungato con un po' d'acqua calda e filtrato. Continuare la cottura per un'altra mezz'ora aggiungendo verso la fine il vino bianco. Servirle calde accompagnate da una fetta di polenta oppure usarle come condimento per una pasta o un riso.

