



Associazione Amici del Cuore Onlus - Lecco



# Insalata di finocchi e calamaretti

LE RICETTE DI ORNELLA

## INGREDIENTI per 10 persone

Calamaretti spillo gr. 1.200  
Finocchi gr. 1.500  
Aneto gr. 20  
Limoni nr. 2  
Prezzemolo gr. 20  
Sale e pepe  
Olio oliva e. v. gr. 200

## PROCEDIMENTO

Pulire i calamaretti e farli sgorgare bene in acqua corrente. Preparare una buona citronette (olio di oliva e.v., succo di limone, sale e pepe).

Tritare il prezzemolo e l'aneto.

Tagliare i finocchi in julienne sottilissima, condirli con una parte di citronette, unire le erbe tritate, salare e pepare.

Sbollentare i calamaretti in acqua acidulata (con il limone), scolarli bene e condirli con la citronette restante ed un poco di erbe tritate.

Disporre la quantità necessaria di finocchi in ogni piatto e sovrapporvi i calamaretti. Servire.