



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 preparare.  
Sbollentare i calamaretti in acqua acidulata (con il limone), scolarli bene e condirli con la citronette restante ed un po' di erbe tritate.  
Disporre la quantità necessaria di finocchi in ogni piatto e sovrapporvi i calamaretti. Servire.