



PESCE

## Frittura di calamari



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE  
10 MINTEMPO DI COTTURA  
10 MINCALORIE  
360K

NOTE

### INGREDIENTI

1 Kg di Calamari gi puliti

200 g di Semola di grano duro

1 Limone

Olio di semi di mais spremuto a freddo

Sale

### Preparazione

- Lavate i calamari, separate i tentacoli dalle sacche e tagliate queste ultime ad anelli di 1-1,5 cm di altezza, tagliate in due i tentacoli, ma solo se sono molto grandi; alla fine asciugate tutto con carta da cucina.
- Versate la semola su un vassoio, quindi infarinatevi i calamari in modo uniforme.
- In una padella capiente scaldate abbondante olio, quindi versatevi i calamari pochi per volta e fateli friggere a fuoco vivace, fino a quando saranno ben dorati.
- Scolateli con una schiumarola e adagiateli su carta assorbente, in modo da far asciugare l'olio in eccesso. Salate leggermente e serviteli ben caldi, accompagnati da spicchi di limone.