

CACCIUCCO ALLA LIVORNESE



Difficoltà: media



Cottura: 40 minuti



Preparazione: 40 minuti



Dosi : per 4 persone

Ingredienti per 6 persone:

500 g di seppie
500 g di polpi
300 g di palombo
500 g di pesce da zuppa
(gallinella, cappono, scorfano)
500 g di frutti di mare (cozze,
vongole)
500 g di gamberoni, gamberetti,
scampi, sparnocchie (cicale)
2 dl di vino bianco
1 cucchiaino di concentrato di
pomodoro
3 spicchi d'aglio
5 foglie di salvia
peperoncino
12 fette di pane
2 dl d'olio
sale e pepe



Preparazione:

Tempo di preparazione: un'ora Tempo di cottura: un'ora e mezzo

In una casseruola soffriggere olio, aglio, salvia e peperoncino. Quindi mettere polpi e seppie tagliati a tocchetti, sfumare con vino bianco, aggiungere il concentrato di pomodoro e cuocere per 20 minuti rimestando.

Adagiare nella salsa i pesci da zuppa e il palombo tagliati. Le teste dei pesci vanno cotte in acqua con gli odori e passate con un setaccio. Il ricavato, abbastanza denso, versato nella casseruola accresce la sostanza e il sapore del cacciucco.

Seguire la cottura a fuoco lento ma energico.

Quando polpo e seppie sono diventati teneri, aggiungere crostacei e frutti di mare con i loro gusci. Andare avanti per 6/7 minuti affinché datteri (cozze) e vongole si aprano.

Il pane toscano (posato, arrostito, agliato e pepato), va posto sul fondo delle terrine. Con il ramaiolo attingere pesce e sugo insieme. In tavola, accompagnare con il vino rosso, meglio se giovane.

