

ANTIPASTI

Granseola in insalata

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

10 min

COTTURA

20 min

Ingredienti per 4 persone

Pepe

Sale

Limone

1

Olio d'oliva

Granseole di 500 g

4

Preparazione

- 1 Spazzolate le granseole sotto l'acqua corrente, poi mettetele in una grande pentola d'acqua bollente, fate cuocere per dieci minuti. Lasciate raffreddare i pesci nella loro acqua di cottura.
- 2 Afferrate con forza il guscio con una mano. Posate il pollice dell'altra mano sul corpo di ciascuna granseola tra le zampe e le altre dita dall'altra parte delle zampe, sul bordo del guscio.
- 3 Scostate le mani in modo che in una mano vi rimanga il guscio con il suo contenuto e nell'altra le zampe e il corpo. Se il granchio è molto grosso, tagliate prima il ventre con un coltello.
- 4 Togliete dal guscio lo stomaco. Eliminate le membrane trasparenti e le branche, non commestibili. Togliete la parte cremosa del guscio e tenetela da parte in un recipiente.
- 5 Schiacciate le zampe con la superficie piana di un coltello pesante o con uno schiaccianoci senza intaccare la polpa e mettetele nel recipiente. Mescolate, regolate di sale, pepate e irrorate con l'olio.
- 6 Mescolate di nuovo. distribuite il composto nei gusci delle granseole e servire con spicchi di limone. Vino consigliato: Cortese di Gavi.