

SALADE DE FRUITS DE MER



La salade de la mer est un des plats les plus typiques de la cuisine italienne. La préparation est un peu longue, mais le résultat en vaut la peine.

Ingrédients pour 6 personnes:

- 1 poulpe de 800 gr déjà nettoyé par le poissonnier
- 600 gr di calamars déjà nettoyés par le poissonnier
- 1 Kg de vongoles ou tellines ou coques ou palourdes
- 1 Kg de moules
- 250 gr de crevettes
- 1 verre d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- 1 citron
- 1 bouquet de persil
- sel, poivre

Préparer d'abord la marinade en mettant dans un bol le persil et l'ail hachés, sel, poivre le jus du citron et le verre d'huile d'olive.



Faire cuire les calamars dans l'eau bouillante environ 15 minutes. Faire cuire le poulpe dans l'eau bouillante environ 40 minutes. Couper en morceaux le poulpe et les calamars.



Bien nettoyer les moules. Faire dégorger les vongoles dans l'eau salée pendant une heure.

Cuire les moules et les vongoles séparément dans deux poêles. Couvrir et faire cuire quelques minutes à feu vif de façon à ce que les coquillages s'ouvrent. Dès qu'ils sont prêts, filtrer l'eau et la mettre de côté. Décortiquer les mollusques et les mettre de côté. Gardez-en deux ou trois avec coquille pour la décoration.

Décortiquer les crevettes et les faire revenir environ 5 minutes dans l'eau bouillante.

Dans un grand saladier assembler tous les coquillages et crustacés, verser la marinade, ajuster d'huile ou sel si nécessaire, couvrir d'un papier transparent et mettre au réfrigérateur au moins 2 heures.