



LA BELLE VIE

**Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux**

Calamars à la sauce zimino (sauce tomate toscane)

Pour 2 personnes

Très facile

30 min

5.70€ La portion (prix indicatif)



Les céphalopodes sont bien les stars de cette recette toscane.
Servez chaud avec du pain grillé à l'ail ou du riz.

Les ingrédients

- **150 g** de Calamar (cuit) type supion, pulpitos
- **1 gousse** de Ail
- **1 tige** de Céleri branche
- **100 g** de Carotte
- **1 pièce** de Oignon jaune
- **50 ml** de Vin blanc sec (pour cuisiner)
- **125 g** de Purée de tomate
- **300 g** de Blette

Étapes de préparation

**Préparation** : 15 min**Cuisson** : 15 min**Attente** : 0 min

- 1 Épluchez un oignon et une carotte. Lavez une branche de céleri. Coupez les légumes en petits dés. Épluchez une gousse d'ail mais gardez la gousse entière. Mettez ensemble de côté dans un bol.
- 2 Chauffez de l'huile dans une casserole à feu moyen.
- 3 Ajoutez l'oignon, le céleri, la carotte et la gousse d'ail. Salez. Faites revenir à feu moyen pendant 5 min.
- 4 En parallèle, préparez 300 g de blettes. Rincez-les et séchez-les grossièrement. Séparez les feuilles de la côte (le tronc central).

Puis coupez les feuilles en lamelles d'env. 2 cm. Mettez de côté.

- 5 Après 5 min, enlevez la gousse d'ail de la poêle et ajoutez les blettes coupées. Couvrez et faites cuire 3 min à feu moyen.
- 6 Ajoutez ensuite 150 g de calamars et 50 ml de vin blanc. Faites évaporer le vin blanc à feu fort (2 à 3 min).
- 7 Ajoutez 125 g de purée de tomate, du sel et du poivre. Couvrez et faites cuire 5 min de plus.
- 8 Après 5 min de cuisson, vos calamars à la sauce zimino sont prêts. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- 9 Servez chaud avec du pain grillé à l'ail ou du riz.