

Insalata tiepida di mazzancolle, pomodorini e olive taggiasche

È l'estate! Quella di inizio settembre, quando sei un po' provato dal caldo persistente, eppure segui gli ultimi raggi di sole come un girasole nei campi, conscio che presto arriverà l'autunno.

Le giornate sono più brevi e quei tramonti che si presentano sempre più in anticipo con una luce diversa sulla pelle calda e abbronzata hanno un sapore malinconico, quello dell'estate che volge al termine, con tutti i suoi ricordi, le ferie, le esperienze vissute e le cene all'aperto, con la famiglia o con gli amici. Ebbene questa ricetta mi è venuta in mente proprio pensando alle serate estive, sempre alla ricerca di piatti leggeri e freschi, senza rinunciare al gusto. Ecco la mia insalata tiepida o fredda se così la preferite per impegnare poco tempo ai fornelli.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 kg di mazzancolle
- 1/2 kg di pomodorini ciliegini o datterini
- 1 vasetto di olive taggiasche
- 1 manciata di prezzemolo
- sale fino
- 1 spicchio di aglio
- pepe macinato fresco
- olio extravergine di oliva

PROCEDIMENTO:

Pulire le mazzancolle privandole del carapace e del filetto nero (intestino) sul dorso.

In un tegame scaldare un filo di olio extravergine di oliva, con uno spicchio di aglio e il prezzemolo tritato.



Prima che inizi a soffriggere, aggiungere le mazzancolle e cuocere a fiamma viva 2 minuti, mescolando spesso. Salare e pepare.



Incorporare ora i pomodorini già lavati e tagliati a metà e le olive scolate dal proprio liquido di conservazione.



Amalgamare bene il tutto e cuocere ancora 2 minuti a fiamma viva. Servire tiepida.