

LA RICETTA DELL'ESTATE: CALAMARO RIPIENO AI SAPORI MEDITERRANEI

Publicato il 15 Luglio 2025 di Alessandra Giardino



Categoria: [POLITICA](#), [SCUOLA](#), [SINDACATO](#), [ECONOMIA](#)



Una piatto semplice e sorprendente firmato dallo chef Daniele Arzilli del Ristorante Crudo di Mare

Estate vuol dire semplicità, freschezza, ingredienti veri. E la nuova proposta dello chef Daniele Arzilli del Ristorante **Crudo di Mare** al **Park Hotel Marinetta** incarna tutto questo: un piatto che profuma di mare, di sole e di orto toscano. Si chiama "Calamaro ripieno di ricotta di pecora, con pomodorini gialli e rossi", ed è una ricetta che punta sull'essenzialità e sulla qualità delle materie prime, preparate con rispetto e fantasia.

Il protagonista è il **calamaro**, scelto **freschissimo** e farcito con una cremosa **ricotta di pecora**, arricchita da **menta fresca**, **limone biologico** e un tocco di **aglio dorato in padella**. A rendere il piatto ancora più vivace, due salse tiepide ai **pomodorini gialli e rossi**, spellati a mano e frullati con un filo di **olio extravergine d'oliva**, che donano colore, freschezza e un equilibrio perfetto di sapori.

La ricetta porta la firma dello chef **Daniele Arzilli**, **delegato regionale della Toscana per AIFBM (Associazione Italiana Food & Beverage Manager)**, da sempre attento alla valorizzazione dei prodotti locali e alla cucina stagionale.

Il piatto è proposto al **Crudo di Mare**, ristorante fine dining a bordo piscina all'interno del **Park Hotel Marinetta**, immerso nella pineta di Marina di Bibbona e a pochi passi dal mare. Un luogo sofisticato e romantico, dove la cucina a base di pesce guarda al territorio con gusto e semplicità, perfetta per chi ama mangiare bene, senza complicazioni.

Un piatto estivo, colorato, profumato, pensato per essere gustato con semplicità, ma con il piacere di un equilibrio studiato nei dettagli.

CALAMARO RIPIENO DI RICOTTA DI PECORA, CON POMODORINI GIALLI E ROSSI

Ingredienti per 2 persone

- **300 g di calamari**, puliti con le sacche integre
- **100 g di ricotta di pecora fresca**

- **1 uovo**
- **3 foglie di menta**
- **Scorza di 1 limone biologico**
- **1 spicchio d'aglio**
- **Pomodorini gialli** (una manciata)
- **Pomodorini rossi** (una manciata)
- **Olio extravergine di oliva**
- **Sale e pepe q.b.**

Procedimento:

Pulire con attenzione i calamari, tenendo integre le sacche. Conservare **ciuffi e alette** per il ripieno.

In padella, far rosolare lo spicchio d'aglio con un filo d'olio evo, poi aggiungere ciuffi e alette. Cuocere per circa **4-5 minuti**, quindi tritare il tutto.

Unire alla ricotta, aggiungere l'uovo, la **menta tritata** e la **scorza di limone** grattugiata. Regolare di sale e pepe.

Riempire le sacche dei calamari con il composto e **chiuderle con stecchini di legno**.

Scottare i pomodorini in acqua bollente per **30 secondi**, poi passarli in acqua e ghiaccio. Spellarli e frullare separatamente i rossi e i gialli, con un filo d'olio e un pizzico di sale.

In padella antiaderente con un filo d'olio evo, rosolare i calamari ripieni da entrambi i lati, facendo attenzione a non romperli.

Lasciarli **riposare 5 minuti** prima di tagliarli.

Impiattamento:

Tagliare ogni calamaro in **3 pezzi** e disporli al centro del piatto. Versare ai lati le salse tiepide di pomodorini. Completare con **erbe aromatiche fresche** e un filo d'olio evo.

Un piatto che racconta il **mare** e l'**orto toscano**, da gustare in relax a bordo piscina, a due passi dalla pineta e dalla spiaggia. **Perfetto da preparare a casa** per una cena estiva leggera e profumata, **o da assaporare al Ristorante Crudo di Mare**, lasciandosi coccolare dalla cucina dello chef Daniele Arzilli e dall'atmosfera autentica della Costa degli Etruschi.

