

Impepata di cozze

L'**impepata di cozze** è una ricetta molto semplice, ma gustosa, grazie al sapore delle cozze che viene messo in particolare risalto dall'aglio e dal pepe, protagonista di questa preparazione.

L'**impepata di cozze** è anche molto veloce da preparare, pochi minuti appena, la parte più lunga della preparazione è la pulizia delle cozze, che deve essere molto accurata. Se vi avanzano delle cozze così preparate, aprirle gettando la valva senza mollusco. Disporre le altre su un piatto da portata, spruzzarle con il limone appena spremuto e coprirle con pellicola trasparente. Si conservano in frigorifero per 1 giorno.

INFORMAZIONI

- 4 persone
- **70Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 1 kg di cozze
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 4 spicchi di aglio
- 4 rametti di prezzemolo
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Pulire le cozze lavandole accuratamente sotto acqua corrente. Raschiare la superficie esterna della conchiglia per rimuovere eventuali incrostazioni, staccare il bisso strattinandolo con la lama di un coltello.
- Mettere in una capace pentola l'olio, l'aglio spellato, le cozze e portarla sul fuoco.
- Cuocerle coperte a fiamma vivace ed attendere che le cozze si aprano. Generalmente occorrono 5-7 minuti. Mescolare di tanto in tanto scuotendo la pentola.
- Nel frattempo lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- A cottura avvenuta unire il prezzemolo tritato, una generosa macinata di pepe, mescolare bene e servire.

STAGIONE

Maggio, giugno, luglio, agosto

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

