CALAMARETTI AL RADICCHIO

Ingredienti per 4 persone:

- 16 calamaretti già puliti
- 700 g di radicchio di treviso
- 1 spicchio di aglio
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato
- 2 fette di pane integrale
- 3 cucchiai di pangrattato
- olio d'oliva extra-vergine
- sale
- pepe

Per l'insalatina:

- 80 g di germogli misti
- 1 mazzetto di rucola
- 1 cespo di radicchio di castelfranco
- 4 cucchiai di olio d'oliva extra-vergine
- 1 cucchiaio di nocciole tritate
- sale

Lasciate ammorbidire il pane in acqua fredda.
Tritate l'aglio.
Sbollentate il radicchio in acqua bollente salata per 2-3 minuti, poi strizzatelo bene e finemente.
Mettetelo quindi in una ciotola, unite il prezzemolo, l'aglio, il pane, prima ben strizzato, sale e pepe e mescolate bene.
Riempite i calamaretti con il composto ottenuto, chiudeteli con uno stuzzicadenti e sistemateli in una teglia oliata.
Spennellateli d'olio, spolverizzateli con il pangrattato e cuoceteli in forno già caldo a 180 gradi per 15 minuti circa.
Spezzettate le insalate, mescolatele in una ciotola con i germogli, l'olio, le nocciole e una presa di sale e trasferitele su un piatto da portata.
Sistematevi sopra i calamaretti e servite.