



Insalata di fagiolini, totani percoca e menta

Ingredienti per 4 persone

- 300 g fagiolini burrini verdi già puliti
- 2 totani o calamari grandi freschissimi
- 1 percoca o pesca gialla molto soda
- 20 g pinoli
- 1 rametto menta
- 2 foglie alloro fresco
- 1 noce burro salato
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe di mulinello

Preparazione

Lessate i fagiolini in acqua bollente salata per alcuni minuti, portandoli a metà cottura; scolateli, raffreddateli in acqua ghiacciata, quindi apriteli a metà nel senso della lunghezza, uno per uno.

Pulite accuratamente i calamari, lavateli, mettete da parte le teste per altri usi e tagliate a julienne sottile il corpo. Lavate la pesca e, senza sbucciarla, tagliatela a listarelle non troppo sottili.

Fate sciogliere il burro nel wok a fuoco dolce; aggiungete un cucchiaino di olio, alzate la fiamma e

fate rosolare i pinoli. Unite i fagiolini, cuocete a fuoco moderato per circa 7 minuti, poi aggiungete i calamari e le foglie di alloro ben lavate e asciugate. Salate leggermente, pepate e fate saltare il tutto a fiamma piuttosto vivace per alcuni minuti, finché i calamari inizieranno a prendere colore. Unite quindi le listarelle di pesca e la menta ben lavata e tagliata anch'essa a julienne. Fate saltare il tutto per alcuni istanti, poi spegnete e coprite il wok per un paio di minuti, in modo da mantenere gli aromi. Servite in tavola tiepido, guarnendo a piacere