

# 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.

