

## Tartatella di mare



Alzi la mano chi conosce la **salicornia** o detta anche "**asparago di mare**"! Certo non è un ingrediente che troviamo tutti i giorni sulle nostre tavole, ma nel periodo giusto e con un po' di fortuna riuscirete a trovarla curiosando tra i banchi del pesce del vostro supermercato nel periodo giusto (da maggio a settembre circa).

La salicornia dunque è **pianta erbacea stagionale e spontanea** della famiglia delle Chenopodiacee, generalmente reperibile nelle zone litoranee del **Mediterraneo** e del Sudafrica, nelle paludi, negli stagni e nei suoli salini. Si presenta sotto forma di cespuglio, come un agglomerato di rami cilindrici molto simili agli asparagi selvatici. La base della radice è fibrosa e legnosa, mentre all'apice, è più tenera e carnosa, giovane e gustosa, con germogli e parti succose.

Nella ricetta di questa settimana, questo curioso ingrediente, farà da completamento alla mia **tartatella** di mare :)

Con questa ricetta partecipo all'iniziativa di **Gluten free Travel & Living**, il [100% Gluten Free \(fri\)Day](#)



### Tartatella di mare



impiattamento

Ingredienti per due persone

**Per il ragù di polpo:**

1 polpo surgelato piccolo (500 grammi circa);  
1 spicchio di aglio;  
1 carota;  
1 sedano;  
1/2 cipolla;  
olio EVO q.b.;  
pepe q.b.;  
sale q.b.;  
aromi a piacere.

**Per la crema di salicornia:**

200 grammi di [salicornia](#)] (asparagi di mare);  
olio E.V.O. q.b.;  
sale q.b.

**Per la composizione:**

pasta sfoglia o brisée senza glutine;  
aceto balsamico di Modena I.G.P.;  
olio E.V.O. q.b.;  
pepe q.b.

\*in caso di **celiachia** tutti gli ingredienti a rischio devono essere necessariamente **certificati senza glutine**

Procedimento

Il ragù:

Cuocete il polpo ancora congelato per quindici/venti minuti circa dal fischio in pentola a pressione con un filo di olio, due dita di acqua, aglio ed aromi a piacere. Una volta cotto fate raffreddare la pentola ancora chiusa e quindi apritela. In questo modo il polpo risulterà, ancora più tenero e avrà riassorbito parte dei suoi succhi.

Mentre il polpo cuoce lavate e mondate il sedano, la carota e la cipolla creandone a coltello una brunoise (dei piccoli cubetti). Ora in una padella scaldate un filo di olio e fatevi soffriggere le verdure cuocendole per una decina di minuti a fiamma bassa. Aggiungetevi quindi il polpo tagliato anch'esso della stessa grandezza della brunoise di verdure e mescolate per bene gli ingredienti.

**La crema:**

Sciaccate la salicornia, eliminate eventualmente i pezzetti più legnosi, lessate il resto in acqua bollente per tre minuti circa e quindi raffreddateli immediatamente in acqua e ghiaccio per fissarne il colore e bloccarne la cottura. Ora frullateli con un mixer ad immersione, un po' di olio, un pizzico di sale e pepe.

Dovrete ottenere una crema densa che, se vorrete, potrete setacciare per renderla più liscia ed eliminare le eventuali fibre.

La composizione:

Stendete la pasta sfoglia o brisée che sia e appiattitela leggermente con il mattarello. Quindi imburrate gli stampi, usateli per tagliare la pasta della grandezza giusta per coprirli uniformemente e riempiteli con il ragù di polpo. Infornate ora le tartatelle in forno statico preriscaldato a centottanta gradi per dieci/barra quindici minuti, sfornatele e decoratele con la crema di salicornia. Un giro di pepe, un filo di olio a crudo, qualche goccia di aceto balsamico e siete pronti per servirle.