

Insalata di Miglio con Frutti di mare, Cipollotti e *birra BLOND*

Ingredienti per 4 persone

150 g di miglio
100 g di cozze sgusciate
100 g di vongole sgusciate
150 g di code di gambero sgusciate
18 cc di birra *BLOND della Green's*
2 spicchi d'aglio
6-7 ciuffi di prezzemolo
2 cipollotti
Olio extravergine d'oliva
Sale fino
Pepe nero macinato

Tempo: 25 minuti

Difficoltà: facile

Procedimento

Sciacquare il miglio in un colino sotto l'acqua corrente poi cuocerlo in abbondante acqua bollente per circa 9 minuti; scolarlo, sgocciolarlo bene e farlo raffreddare in acqua fredda.

Sbucciare gli spicchi d'aglio, tritarli e farli rosolare con 2 cucchiaini di olio in una padella antiaderente; unire le cozze, le vongole e le code di gambero, alzare la fiamma, e cuocere per 5-6 minuti. Bagnare con la *birra BLOND*, lasciarla evaporare a fuoco vivace, poi proseguire la cottura per il tempo necessario a rendere tenere le code di gambero, regolando di sale e di pepe a fine cottura. Prelevare quindi il pesce dal tegame, unirlo al miglio e completare con il prezzemolo tritato.

Eliminare le radici e lo strato esterno dei cipollotti, lavarli e cuocerli in acqua bollente per 4 minuti; scolarli, trasferirli in acqua fredda, poi dividerli a metà nel senso della lunghezza e condirli in una terrina con un filo d'olio e un pizzico di sale. Trasferire il miglio nei piatti individuali, aggiungere i cipollotti e servire con una bottiglietta di *birra BLOND*, abbastanza fresca.

Buon appetito e Cheers!