

SECONDI PIATTI

Bastoncini di persico

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 9 pezzi DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Se i vostri figli amano quelli industriali, sappiate che una volta fatti i bastoncini di persico, non li lascerete più perché sono davvero buonissimi e poi sono decisamente più salutarì visto che saprete il tipo di pesce che effettivamente c'è nella crocchetta stessa.

Provate questa ricetta molto gustosa, diventerà un vostro cavallo di battaglia!

INGREDIENTI

TRANCI DI PERSICO 250 gr
PATATE 250 gr
PREZZEMOLO 1 ciuffo
UOVA 1
PANGRATTATO
FARINA
SALE
PEPE
LIMONE 1
OLIO PER FRIGGERE

PREPARAZIONE

- 1** Per preparare i bastoncini di persico, prima di tutto pelate le patate e tagliatele a cubotti. Portate a bollore una pentola con dell'acqua e, appena l'acqua raggiunge il bollore mettete a lessare le patate.
- 2** Prendete i tranci di persico, metteteli all'interno del contenitore per la cottura a vapore e, lasciateli cuocere per 5-6 minuti.
- 3** Appena le patate e i tranci di pesce avranno raggiunto la cottura desiderata, raccogliete i tranci di pesce all'interno di un contenitore, unite le patate lesse passate allo schiacciapate, insaporite il tutto con un pizzico di sale e una macinata di pepe. Aromatizzate il composto con la scorza di limone grattugiata.

Amalgamate il tutto in maniera tale da ottenere un composto omogeneo e compatto. Prendete una porzione d'impasto e, formate dei bastoncini, quindi metteteli a riposare in frigo per almeno 15 minuti, in maniera tale da farli compattare bene.

- 4** Nel frattempo preparate la panatura: in tre contenitori separati, mettete la farina, l'uovo sbattuto e, il pangrattato.

Trascorso il tempo necessario per fare compattare i bastoncini, versate l'olio per friggere in una padella e, portatelo alla temperatura di 170-180°C.

- 5** Passate i bastoncini di persico da prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto ed infine nel pangrattato. Tuffate i bastoncini di pesce nell'olio bollente, e lasciateli cuocere fino a doratura completa.
- 6** Appena i bastoncini avranno raggiunto una bella doratura, scolateli su di un foglio di carta assorbente e, lasciate eliminare l'olio in eccesso.

Servite caldi con delle fette di limone e, una spolverata di sale.