

SECONDI PIATTI

# Orata al sale profumata al rosmarino

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



## INGREDIENTI

ORATA 4

ROSMARINO 6 rametti

LIMONE 2

PEPE NERO facoltativo -

SALE GROSSO 1 kg

SALE 500 gr

Per preparare l'**orata al sale** dovete procedere con poche e semplici operazioni e una cottura in forno di una mezz'oretta, niente di molto complicato, insomma ma questo vi porterà ad avere un pesce morbido e umido al punto giusto, da sapore speciale! Un secondo piatto a base di pesce gradito da grandi e piccoli, ma che al tempo stesso si trasforma in una portata molto chic e assolutamente adatta a cene formali. Provate questa nostra versione, semplice e gustosa.

Accompagnate questo secondo con una insalata o delle [patate al forno](#) e farete una cena da Re!

# PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la ricetta dell'orata al sale, per prima cosa Lavate i pesci, squamatele e eviscerateli.





- 2 Versate il sale grosso in una pirofila, aggiungete il rosmarino leggermente tritato e mescolate.





- 3** Affettate un limone e condite le fette con sale e pepe, quindi inseritele nella pancia del pesce.





**4** Spellate l'aglio, tagliatelo a pezzi ed inserite anche questo nel pesce.



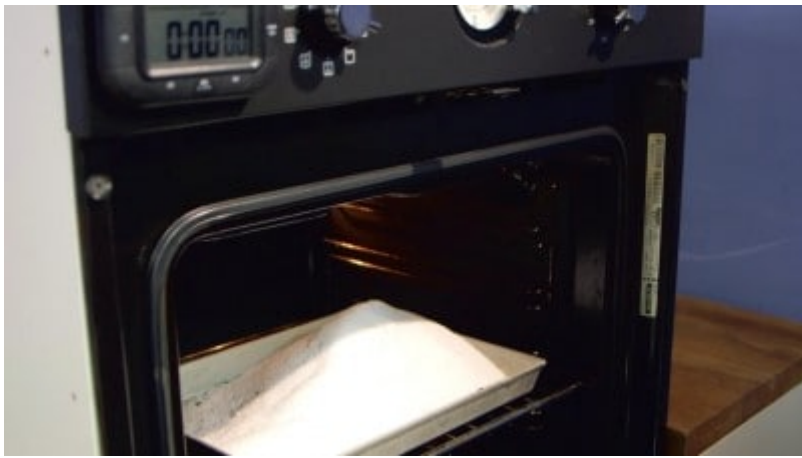
**5** Versate metà del sale preparato in una teglia, adagiatevi sopra il pesce e copritelo con il sale rimasto.

Se non vi basta il sale grosso, aggiungetene di fino per coprire tutto il pesce in maniera uniforme.





**6** Inforna a 250°C per circa 30 minuti. A questo punto, sfornate la teglia e spruzzate il sale con dell'acqua per ammorbidirlo.



**7** Togliete il sale dal pesce e servitelo porzionandolo in tavola.



## CONSIGLI

**Quali altri tipi di pesce potrei utilizzare?**

Di sicuro quelli simili, come ad esempio la spigola.

**Il sale non fa diventare tutto molto salato?**

No, l'importante è che tu usi il sale grosso, in modo che esse crei una vera e propria crosta.

**Quanto tempo posso conservare questo secondo piatto?**

In frigorifero 24 ore in un contenitore per alimenti, anche se trattandosi di pesce converrebbe consumarlo subito per non perdere la freschezza.

**Mi piace molto il pesce, mi consigli altri secondi con l'orata?**

Certo, puoi provare [l'orata all'isolana](#) e [l'orata al forno con patate](#)