

SECONDI PIATTI

Coda di rospo del golfo ligure

LUOGO: Europa / Italia / Liguria

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

CODA DI ROSPO 1,2 kg
POMODORI 300 gr
CAPPERI 30 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
ligure -
SPICCHIO DI AGLIO 1
VINO BIANCO SECCO ½ bicchieri
FARINA
PEPERONCINO IN POLVERE
PANE CASERECCIO
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Spellate e lavate bene il pesce, quindi sfilettatelo e tagliatelo in tranci. Insaporiteli con

sale e pepe, passateli nella farina ed adagiateli in un tegame con l'olio d'oliva.



- 2** Aggiungete lo spicchio d'aglio intero e fate soffriggere il tutto. Unite un pizzico di peperoncino e il vino bianco, quindi fatelo sfumare a fiamma vivace.



- 3** Spellate i pomodori, privateli dei semi e tagliateli a cubetti, sciacquate i capperi sotto l'acqua corrente per eliminare il sale ed, infine, unite il tutto.



- 4 Lasciate cuocere a fuoco lento per una decina di minuti e servite subito in tavola accompagnando con crostoni di pane casereccio abbrustolito e sfregato con aglio.