

SECONDI PIATTI

Couscous di pesce agli agrumi

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

filetti di merluzzo
1 arancia
1 limone
olio extravergine d'oliva
1 spicchio d'aglio
farina qb
cognac qb
couscous
1 bustina di zafferano

PREPARAZIONE

1 Ridurre a filetti sottili la buccia di un'arancia e di un limone (dopo averli passati due o tre volte in acqua e ghiaccio, così non c'è bisogno di sbollentarli).

Farli saltare con un filo d'olio fino a dorarli leggermente. Togliarli dalla padella e al loro posto nello stesso olio far soffriggere uno spicchio d'aglio.

Infarinare dei filetti di pesce che può essere anche merluzzo come in questo caso e rosolarli nella padella dove ho soffritto l'aglio e le bucce.

Portati a doratura, sfumare con cognac e aggiungere i filetti e il succo del limone e dell'arancia. Far ridurre a fuoco dolce la salsa.

Far rinvenire del couscous aggiungendo all'acqua una bustina di zafferano. Una volta pronto, farlo saltare in padella dorandolo un po'.

Servire con il pesce e il suo intingolo.