

SECONDI PIATTI

Involtini di pesce spada alla maniera di scilla

LUOGO: Europa / Italia / Basilicata

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



INGREDIENTI

800 g di pesce spada tagliato in fette sottili
5-6 pomodori pelati
1 spicchio d'aglio
1 ciuffo di prezzemolo 1
50 g di capperi sotto sale
olive verdi
1 peperoncino rosso piccante
1 dl di olio vergine d'oliva
1/2 tazza di aceto di vino bianco
sale.

PER IL RIPIENO

2 cucchiaini di pangrattato
2 cucchiaini di parmigiano grattugiato
prezzemolo tritato
sale
pepe.

PREPARAZIONE

1 Ridurre a pezzetti l'aglio, prendere un tegame di coccio e mettere i pezzetti di aglio e l'olio, soffriggere e quando inizia a colorare aggiungere i pomodori a filetti, il prezzemolo, i capperi dissalati, le olive snocciolate e a pezzetti, il peperoncino e il sale, cuocere fino a quando si forma una salsina.

Nel frattempo in una terrina unire il pangrattato, il parmigiano grattugiato, del prezzemolo tritato, sale e pepe, un goccio d'olio e un goccio di acqua, mescolare bene fino a quando risulta un composto ben omogeneo.

Prendere le fette di pesce spada, eliminare la pelle, distribuire una parte del composto, avvolgere su stessa la fetta di pesce e chiudere bene con uno stecchino, continuare fino a terminare le fette, quando gli involtini sono pronti bagnarli leggermente con dell'aceto e metterli a cuocere nella salsa precedentemente preparata.