

SECONDI PIATTI

# Orata al forno con patate e carciofi

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [40 min](#)    COSTO:

[basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



L'orata è un **pesce azzurro** molto **apprezzato in cucina** per il suo **sapore delicato** e la consistenza morbida delle sue carni. Nella nostra ricetta, l'**orata viene cotta al forno** insieme alle **patate e ai carciofi**, per un **piatto completo e gustoso**. La preparazione dell'**orata al forno con patate e carciofi** è **semplice e veloce**, la **ricetta prevede pochi ingredienti** facilmente reperibili. L'**orata al forno con patate e carciofi** è un piatto gustoso e saporito, perfetto per una **cena** in famiglia o con gli amici.

Segui la nostra ricetta con passo passo dettagliato, se sei un principiante in cucina ti aiuteremo a cucinare un'orata al forno perfetta!

Se ami le [ricette di pesce](#), eccone alcune golosissime per cucinare l'orata:

[Orata all'acqua pazza](#)

[Orata al cartoccio con verdure](#)

[Orata alla pugliese](#)

[Ravioli di orata](#)

[Orata con patate al cartoccio](#)

## INGREDIENTI

ORATA 1,5 kg

POMODORINI 6

PATATE 2

CARCIOFI 4

SPICCHIO DI AGLIO 2

PREZZEMOLO

VINO BIANCO ½ bicchieri

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Accendi il forno a 180°C. e mentre aspetti che arriva a temperatura, inizia a preparare l'orata al forno con patate e carciofi.
- 2 Pulisci l'orata, elimina le interiora e lavala sotto acqua corrente. Asciuga con carta da cucina e adagiala in una teglia ricoperta di carta forno.
- 3 Farcisci l'orata con aglio, prezzemolo e un filo d'olio extravergine di oliva
- 4 Pulisci i carciofi, elimina le foglie esterne più dure e tagliali a spicchi. Pela le patate e tagliale a cubetti. Taglia anche i pomodorini, a metà se piccoli o in quarti se sono di media pezzatura.
- 5 Disponi i carciofi, le patate e i pomodorini intorno all'orata nella teglia.
- 6 Aggiungi un filo d'olio extravergine di oliva, il vino bianco e un pizzico di sale.

- 7 Inforna per circa 30-40 minuti, o fino a quando l'orata risulta cotta e le patate morbide.
- 8 Servi caldo, appena sfornato e irrorato con olio extravergine di oliva a crudo e, se ti piace, con una spolverizzata di prezzemolo fresco appena tritato.