

SECONDI PIATTI

## Orata arrosto alla ligure

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

DOSI PER: [6 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [35 min](#)    COTTURA: [15 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



### INGREDIENTI

ORATA da 300 g circa l'una - 6

FUNGHI SECCHI ( 2 pugni ) -

SPICCHIO DI AGLIO 3

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

L'orata arrosto alla ligure è un piatto delizioso regionale, molto profumato e saporito che dovete assolutamente provare se amate gli abbinamenti di ingredienti particolari. Un mare-monti decisamente speciale: l'orata farcita e cosparsa di un trito di funghi secchi. E' un piatto molto semplice da preparare e di sicura riuscita. Stupite i vostri ospiti che di certo gradiranno questa portata e se cercate altre ricette di pesce facili e saporite, vi invitiamo a realizzare anche quest'altra idea: [orata alla chermoula](#), un gusto eccezionale!

# PREPARAZIONE

**1** Pulite e desquamate le orate.

Fate rinvenire in acqua tiepida i funghi, strizzateli e tritateli insieme all'aglio e al prezzemolo.

Salate e ponete i pesci in una teglia unta con olio. Inserite nella cavità del ventre di ciascun pesce una parte del trito, aggiungendo sale, pepe e un cucchiaino di olio.



**2** Ungete la superficie con altri due cucchiaini di olio, quindi spargete il resto del trito.



**3** Salate ancora e infornate per 5 minuti a 200°C. Abbassate poi la temperatura a 170°C e proseguite la cottura per 10 minuti.

Bagnate, se necessario, i pesci con il fondo di cottura e qualora questo si fosse asciugato, aggiungete qualche cucchiaino d'acqua.