

SECONDI PIATTI

Orata con patate e pomodori

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 30 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

ORATA di circa 1,5 kg - 1
PATATE 3
POMODORI DI PACHINO 15
SALVIA 4 foglie
ROSMARINO 1 rametto
LIMONE ½
SPICCHIO DI AGLIO 1
PREZZEMOLO 1 ciuffo
VINO BIANCO ½ bicchieri
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE

PREPARAZIONE

1 Pulire l'orata, insaporire l'interno con sale e farcirla con uno spicchio limone, la salvia ed il

rosmarino.



- 2 Pulire le patate, lavarle, asciugarle ed affettarle non troppo sottili. Prendere la carta da forno e disporla sulla teglia cospargendola d'olio, aglio e prezzemolo tritato.



- 3 Realizzare un letto di patate, salarle e disporvi il pesce con intorno i pomodorini interi oppure tagliati a metà. Salare nuovamente il tutto.



4 Infornare a 150°C.

Dopo 20 minuti girare l'orata cospargendo il tutto con mezzo bicchiere di vino bianco, ultimare con altri 10 minuti di cottura e buon appetito.



NOTE

La redazione di Cookaround consiglia: è preferibile cuocere l'orata per 10 minuti a 220°C in modo tale da far gonfiare la pelle e renderla croccante, in questo modo si formerà una camera d'aria tra la pelle e la polpa evitando che quest'ultima si secchi. Procedere, quindi, irrorando il pesce con il vino e protraendo con la cottura per altri 15 minuti a 180°C.